Dokumentą elektroniniu parašu
pasirašė GRAŽINA,SUKURIENĖ
Data: 2026-09-22 09:26:17
Kontaktinė informacija: Dietistė

Dokumentą elektroniniu parašu
pasirašė AURELIJUS,VIRKUTIS
Data: 2026-09-22 09:35:51
Kontaktinė informacija:
Direktorius

Elektroninio dokumento nuorašas

Raseinių Viktoro Petkaus progimnazija

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

Vilniaus g. 11, Raseiniai 60180

(adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 metų vaikams

2026 09 15

Įstaigos darbo laikas

Nuo 8 iki 14 val.

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.00

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-51/180/T_NAUJA	180	7,36	5,49	40,52	241,19
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/30/T	30	3,35	4,61	8,76	93,33
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,48
	Iš viso:		**10,72**	**10,10**	**49,34**	**335,00**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	0,84	4,12	5,29	51,38
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Veganiškas plovas (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-89/150/T_NAUJA	150	5,86	14,52	31,92	251,83
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/75/T	75	1,94	3,02	0,91	27,10
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**10,66**	**22,21**	**58,02**	**430,69**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis	KIAUŠP-1/50/T	50	6,10	5,85	0,35	78,48
Batonas su sviestu (82%)	UŽK-134/32/T	32	2,39	3,46	15,59	101,77
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
	Iš viso:		**8,50**	**9,31**	**15,97**	**180,49**
	Iš viso (dienos davinio):		**29,88**	**41,62**	**123,33**	**946,18**

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.00

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-91/180/T	180	7,11	5,39	34,89	214,71
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/30/T	30	3,35	4,61	8,76	93,33
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,48
	Iš viso:		**10,47**	**10,00**	**43,71**	**308,52**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	0,90	4,11	6,41	57,15
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-1/50/T	50	10,26	5,21	0,69	88,08
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/20/T	20	0,36	10,52	0,45	97,52
Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	GAR-5/50/T	50	1,64	0,17	16,81	73,35
Virtų burokėlių salotos su žaliaisiais žirneliais, šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis) (tausojantis)	SAL-36/60/T_NAUJA	60	1,53	3,59	7,10	59,61
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**16,71**	**24,15**	**51,36**	**476,09**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Meduoliai	VNT-9/40/T	40	2,44	2,28	30,00	154,80
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/100/T	100	2,17	1,73	3,40	35,16
	Iš viso:		**4,61**	**4,01**	**33,40**	**189,96**
	Iš viso (dienos davinio):		**31,79**	**38,16**	**128,47**	**974,57**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.00

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-27/180/T	180	5,78	6,08	42,47	240,94
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
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,31
	Iš viso:		**10,47**	**12,58**	**50,18**	**344,94**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	0,96	2,08	9,19	52,79
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	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-1/150/T_NAUJA	150	22,15	10,90	38,89	346,15
Grietinė (30%)	PAD-11/10/T	10	0,24	3,00	0,31	29,30
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-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**26,09**	**18,15**	**72,27**	**558,33**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%)	UŽK-3/105/T	105	6,74	6,63	31,94	209,36
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/150/T	150	1,32	0,98	1,92	21,92
	Iš viso:		**8,06**	**7,61**	**33,86**	**231,28**
	Iš viso (dienos davinio):		**44,62**	**38,34**	**156,31**	**1134,55**

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.00

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-24/180/T	180	6,35	6,85	31,07	211,70
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/30/T	30	3,35	4,61	8,76	93,33
Kmynų gėrimas	GĖR-76/200/T	200	2,08	1,55	18,49	77,40
	Iš viso:		**11,78**	**13,01**	**58,32**	**382,43**

Pietūs 11.30

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	4,26	13,80	96,29
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Vištienos guliašas su morkomis (tausojantis)	KMP-21/50/T	50	13,61	10,64	2,68	162,09
Virti viso grūdo makaronai (tausojantis)	GAR-21/50/T	50	2,28	0,88	12,73	70,92
Kopūstų - morkų salotos su šalto spaudimo nerafinuotas aliejumi (augalinis)	SAL-95/50/T	50	0,65	4,10	21,27	91,00
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**22,62**	**20,43**	**70,38**	**520,68**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Balta daržovių mišrainė (tausojantis)	SAL-100/100/T	100	2,75	9,49	9,96	130,75
Batonas	UŽK-9/25/T	25	1,98	1,13	12,98	69,00
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
	Iš viso:		**4,74**	**10,62**	**22,97**	**199,99**
	Iš viso (dienos davinio):		**39,14**	**44,06**	**151,67**	**1103,10**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.00

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-92/180/T_NAUJA	180	6,64	9,94	37,90	268,29
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,23
		Iš viso:	**8,40**	**11,24**	**40,46**	**297,52**

Pietūs 11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta sriuba su bulvėmis, kopūstais, morkomis ir šaldytais žirneliais(augalinis) (tausojantis)	SR-54/100/T	100	1,43	3,44	7,61	64,74
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-3/150/T	150	8,86	15,56	28,64	254,65
Šv. agurkų ir pomidorų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-17/75/T	75	0,69	2,15	2,78	30,47
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
		Iš viso:	**13,00**	**21,70**	**58,93**	**450,24**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės sūrelis (7,5%)	UŽK-68/50/T	50	6,50	3,75	9,20	96,50
Javinukai	VNT-6/10/T	10	0,67	2,08	5,96	46,20
		Iš viso:	**7,17**	**5,83**	**15,16**	**142,70**
		Iš viso (dienos davinio):	**28,57**	**38,77**	**114,55**	**890,46**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.00

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-30/180/T	180	7,17	6,04	28,08	205,05
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir dešra a/r.	UŽK-12/30/T	30	2,40	4,04	8,62	83,73
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,48
	Iš viso:		**9,58**	**10,08**	**36,76**	**289,26**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	1,36	2,12	7,02	47,15
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-16/150/T	150	8,36	5,83	39,56	224,63
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/10/T	10	0,18	5,25	0,22	48,76
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/80/T	80	2,06	3,22	0,97	28,90
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**13,98**	**16,97**	**67,67**	**449,82**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis	KIAUŠP-1/50/T	50	6,10	5,85	0,35	78,48
Batonas su sviestu (82%)	UŽK-134/32/T	32	2,39	3,46	15,59	101,77
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
	Iš viso:		**8,50**	**9,31**	**15,97**	**180,49**
	Iš viso (dienos davinio):		**32,06**	**36,36**	**120,40**	**919,57**

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.00

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-90/180/T_NAUJA	180	6,97	6,60	40,04	238,83
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/30/T	30	3,35	4,61	8,76	93,33
Nesaldintas gėrimas iš sulčių (obuolių)	GĖR-15/200/T	200	0,05	0,05	7,20	23,62
	Iš viso:		**10,37**	**11,26**	**56,00**	**355,78**

Pietūs 11.30

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	3,32	14,61	94,65
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-296/50/T_NAUJA	50	8,04	4,17	3,70	90,40
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/20/T	20	0,36	10,52	0,45	97,52
Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	GAR-5/50/T	50	1,64	0,17	16,81	73,35
Kopūstų salotos su kmynais, šalto spaudimo nerafinuotas aliejumi (augalinis)	SAL-75/60/T	60	0,98	5,18	4,59	64,42
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**14,70**	**23,91**	**60,06**	**520,72**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Meduoliai	VNT-9/40/T	40	2,44	2,28	30,00	154,80
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/100/T	100	2,17	1,73	3,40	35,16
	Iš viso:		**4,61**	**4,01**	**33,40**	**189,96**
	Iš viso (dienos davinio):		**29,68**	**39,18**	**149,46**	**1066,46**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.00

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-2/180/T_NAUJA	180	7,29	4,97	31,71	204,32
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
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,31
	Iš viso:		**11,98**	**11,47**	**39,42**	**308,32**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	1,71	2,14	18,19	94,14
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	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-15/150/T_NAUJA	150	16,68	9,02	16,95	215,56
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-202/85/T	85	0,64	0,12	4,05	16,01
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**21,53**	**23,85**	**59,70**	**538,26**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškė (9%) su jogurtu, obuoliais ir uogomis	UŽK-212/150/T	150	13,70	7,90	8,20	157,50
Kmynų gėrimas	GĖR-76/150/T	150	1,57	1,17	13,87	58,06
	Iš viso:		**15,27**	**9,07**	**22,07**	**215,56**
	Iš viso (dienos davinio):		**48,78**	**44,39**	**121,19**	**1062,14**

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.00

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-5/180/T_NAUJA	180	5,96	4,71	31,39	231,10
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-76/150/T	150	1,57	1,17	13,87	58,06
	Iš viso:		**9,93**	**9,92**	**53,88**	**372,89**

Pietūs 11.30

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	1,26	2,60	9,91	61,83
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Vištienos kukulis su morkomis ir brokoliu (tausojantis)	KMP-315/50/T_NAUJA	50	7,87	5,18	6,17	102,25
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/10/T	10	0,18	5,25	0,22	48,76
Virti viso grūdo makaronai (tausojantis)	GAR-21/50/T	50	2,28	0,88	12,73	70,92
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-121/55/T	55	2,46	3,98	8,62	73,78
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**16,07**	**18,44**	**57,55**	**457,92**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Balta daržovių mišrainė (tausojantis)	SAL-100/100/T	100	2,75	9,49	9,96	130,75
Batonas	UŽK-9/25/T	25	1,98	1,13	12,98	69,00
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
	Iš viso:		**4,74**	**10,62**	**22,97**	**199,99**
	Iš viso (dienos davinio):		**30,74**	**38,98**	**134,40**	**1030,80**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta sorų kruopų košė su morkomis ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-6/180/T	180	7,26	14,20	31,35	285,17
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,23
Iš viso:			**9,02**	**15,50**	**33,91**	**314,40**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	1,68	4,75	6,76	68,86
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Bulvių plokštainis (augalinis) (tausojantis)	DRŽP-111/150/T	150	6,69	12,57	45,65	300,98
Skystas pieno (2,5%) padažas	PAD-26/20/T	20	0,84	1,36	1,63	22,31
Pomidorų ir šv.agurkų salotos su svogūnais ir natūraliu jogurtu (2,5%)	SAL-53/85/T	85	1,22	0,58	3,58	21,63
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
Iš viso:			**12,45**	**19,81**	**77,52**	**514,16**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės sūrelis (7,5%)	UŽK-68/50/T	50	6,50	3,75	9,20	96,50
Javinukai	VNT-6/10/T	10	0,67	2,08	5,96	46,20
Iš viso:			**7,17**	**5,83**	**15,16**	**142,70**
Iš viso (dienos davinio):			**28,64**	**41,14**	**126,59**	**971,26**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.00

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-31C/180/T	180	6,22	4,89	35,84	208,61
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir dešra 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	0,48
	Iš viso:		**10,73**	**12,90**	**53,26**	**375,49**

Pietūs 11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis ir virtu kiaušiniu (augalinis) (tausojantis)	SR-76/100/T_NAUJA	100	1,40	4,75	5,59	61,40
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Žirnių šustinė (troškintas) (tausojantis)	ADP-11/150/T_NAUJA	150	7,59	14,75	29,15	241,17
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/75/T	75	1,94	3,02	0,91	27,10
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**12,95**	**23,07**	**55,55**	**430,05**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis	KIAUŠP-1/50/T	50	6,10	5,85	0,35	78,48
Batonas su sviestu (82%)	UŽK-134/32/T	32	2,39	3,46	15,59	101,77
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
	Iš viso:		**8,50**	**9,31**	**15,97**	**180,49**
	Iš viso (dienos davinio):		**32,18**	**45,28**	**124,78**	**986,03**

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.00

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-29/180/T_NAUJA	180	4,93	6,07	24,19	170,98
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	0,48
	Iš viso:		**11,65**	**15,28**	**41,77**	**358,11**

Pietūs 11.30

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	3,25	10,58	70,06
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Garuose virti vištienos kukuliai (tausojantis)	KMP-227/50/T_NAUJA	50	8,38	3,46	4,61	91,96
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/10/T	10	0,18	5,25	0,22	48,76
Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	GAR-5/50/T	50	1,64	0,17	16,81	73,35
Burokėlių ir žaliųjų žirnelių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-93/55/T	55	1,49	5,59	6,69	73,94
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**14,92**	**18,27**	**58,81**	**458,45**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Meduoliai	VNT-9/40/T	40	2,44	2,28	30,00	154,80
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/100/T	100	2,17	1,73	3,40	35,16
	Iš viso:		**4,61**	**4,01**	**33,40**	**189,96**
	Iš viso (dienos davinio):		**31,18**	**37,56**	**133,98**	**1006,52**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.00

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-33/180/T	180	8,96	8,94	31,72	235,09
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,31
		Iš viso:	**13,30**	**12,39**	**38,52**	**305,40**

Pietūs 11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-65/100/T_NAUJA	100	0,92	5,11	6,52	63,23
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	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-53/150/T_NAUJA	150	13,44	9,28	23,42	303,11
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/10/T	10	0,14	1,22	2,83	23,11
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-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
		Iš viso:	**17,24**	**17,78**	**56,65**	**519,54**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Batonas su sviestu (82%.) ir virta dešra	UŽK-118/75/T	75	5,99	10,70	26,25	223,20
Arbata be cukraus	GĖR-2/150/T	150	0,01	0,00	0,04	0,36
		Iš viso:	**6,00**	**10,70**	**26,29**	**223,56**
		Iš viso (dienos davinio):	**36,54**	**40,87**	**121,46**	**1048,50**

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.00

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-39/180/T	180	7,23	6,96	34,24	237,93
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/30/T	30	3,35	4,61	8,76	93,33
Kmynų gėrimas	GĖR-76/150/T	150	1,57	1,17	13,87	58,06
		Iš viso:	**12,15**	**12,74**	**56,87**	**389,32**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	0,86	4,13	5,40	55,51
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-355/50/T_NAUJA	50	13,06	8,46	7,96	170,21
Virti viso grūdo makaronai (tausojantis)	GAR-21/50/T	50	2,28	0,88	12,73	70,92
Kopūstų salotos su paprikomis ir agurkais (augalinis)	SAL-12/50/T	50	0,70	2,61	2,74	34,13
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
		Iš viso:	**18,92**	**16,63**	**48,73**	**431,15**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Balta daržovių mišrainė (tausojantis)	SAL-100/100/T	100	2,75	9,49	9,96	130,75
Batonas	UŽK-9/25/T	25	1,98	1,13	12,98	69,00
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
		Iš viso:	**4,74**	**10,62**	**22,97**	**199,99**
		Iš viso (dienos davinio):	**35,81**	**39,99**	**128,57**	**1020,46**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.00

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-21/180/T_NAUJA	180	7,19	5,51	50,86	338,54
Kefyras (2,5%)	GĖR-18/100/T	100	3,40	2,50	4,90	60,00
Iš viso:			**10,59**	**8,01**	**55,76**	**398,54**

Pietūs 11.30

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	2,13	7,39	44,78
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Daržovių apkepas (tausojantis) (keptas su garais)	DRŽP-56/150/T_	150	6,50	14,01	31,94	256,66
Skystas pieno padažas su daržovėmis	PAD-83/10/T	10	0,37	0,93	0,78	11,72
Šv. agurkų ir pomidorų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-17/80/T	80	0,73	6,55	2,96	70,90
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
Iš viso:			**10,66**	**24,17**	**62,97**	**484,44**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės sūrelis (7,5%)	UŽK-68/50/T	50	6,50	3,75	9,20	96,50
Javinukai	VNT-6/10/T	10	0,67	2,08	5,96	46,20
Iš viso:			**7,17**	**5,83**	**15,16**	**142,70**
Iš viso (dienos davinio):			**28,42**	**38,01**	**133,89**	**1025,68**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

4-7 metų vaikams

Elektroninio dokumento nuorašas

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.00

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-51/180/T_NAUJA	180	7,36	5,49	40,52	241,19
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/30/T	30	3,35	4,61	8,76	93,33
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,48
	Iš viso:		**10,72**	**10,10**	**49,34**	**335,00**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	0,84	4,12	5,29	51,38
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
'Tradicinis varškės (9%) apkepas (tausojantis)	VRŠP-55/150/T_NAUJA	150	19,49	15,57	21,74	306,98
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/10/T	10	0,14	1,22	2,83	23,11
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-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**23,09**	**21,58**	**53,58**	**496,91**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis	KIAUŠP-1/50/T	50	6,10	5,85	0,35	78,48
Batonas su sviestu (82%)	UŽK-134/32/T	32	2,39	3,46	15,59	101,77
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
	Iš viso:		**8,50**	**9,31**	**15,97**	**180,49**
	Iš viso (dienos davinio):		**42,31**	**40,99**	**118,89**	**1012,40**

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.00

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-91/180/T	180	7,11	5,39	34,89	214,71
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/30/T	30	3,35	4,61	8,76	93,33
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,48
	Iš viso:		**10,47**	**10,00**	**43,71**	**308,52**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	0,90	4,11	6,41	57,15
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-81/150/T	150	6,13	9,23	42,76	309,22
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/75/T	75	1,94	3,02	0,91	27,10
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**10,99**	**16,91**	**69,98**	**493,85**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Meduoliai	VNT-9/40/T	40	2,44	2,28	30,00	154,80
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/100/T	100	2,17	1,73	3,40	35,16
	Iš viso:		**4,61**	**4,01**	**33,40**	**189,96**
	Iš viso (dienos davinio):		**26,07**	**30,92**	**147,09**	**992,33**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

Elektroninio dokumento nuorašas

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.00

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-27/180/T	180	5,78	6,08	42,47	240,94
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
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,31
	Iš viso:		**10,47**	**12,58**	**50,18**	**344,94**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	0,96	2,08	9,19	52,79
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	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-79/50/T	50	8,84	14,75	10,97	207,22
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR-15/50/T	50	0,94	0,05	8,58	37,95
Morkų salotos su saulėgražomis ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-112/50/T	50	0,59	3,45	2,66	41,59
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**13,47**	**22,38**	**51,46**	**454,58**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%)	UŽK-3/105/T	105	6,74	6,63	31,94	209,36
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/150/T	150	1,32	0,98	1,92	21,92
	Iš viso:		**8,06**	**7,61**	**33,86**	**231,28**
	Iš viso (dienos davinio):		**32,00**	**42,57**	**135,50**	**1030,80**

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.00

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-24/180/T	180	6,35	6,85	31,07	211,70
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/30/T	30	3,35	4,61	8,76	93,33
Kmynų gėrimas	GĖR-76/200/T	200	2,08	1,55	18,49	77,40
	Iš viso:		**11,78**	**13,01**	**58,32**	**382,43**

Pietūs 11.30

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	4,26	13,80	96,29
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-85/150/T	150	12,49	12,14	48,95	352,14
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/10/T	10	0,14	1,22	2,83	23,11
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-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**19,31**	**18,29**	**89,30**	**586,98**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Balta daržovių mišrainė (tausojantis)	SAL-100/100/T	100	2,75	9,49	9,96	130,75
Batonas	UŽK-9/25/T	25	1,98	1,13	12,98	69,00
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
	Iš viso:		**4,74**	**10,62**	**22,97**	**199,99**
	Iš viso (dienos davinio):		**35,83**	**41,92**	**170,59**	**1169,40**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

4-7 metų vaikams

Elektroninio dokumento nuorašas

1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.00

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-92/180/T_NAUJA	180	6,64	9,94	37,90	268,29
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,23
Iš viso:			**8,40**	**11,24**	**40,46**	**297,52**

Pietūs 11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta sriuba su bulvėmis, kopūstais, morkomis ir šaldytais žirneliais(augalinis) (tausojantis)	SR-54/100/T	100	1,43	3,44	7,61	64,74
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Ryžių- kiaulienos plovas (tausojantis)	KRUOP-40/150/T_NAUJA	150	12,55	13,44	22,93	258,82
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/75/T	75	1,94	3,02	0,91	27,10
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
Iš viso:			**17,94**	**20,45**	**51,35**	**451,04**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės sūrelis (7,5%)	UŽK-68/50/T	50	6,50	3,75	9,20	96,50
Javinukai	VNT-6/10/T	10	0,67	2,08	5,96	46,20
Iš viso:			**7,17**	**5,83**	**15,16**	**142,70**
Iš viso (dienos davinio):			**33,51**	**37,52**	**106,97**	**891,26**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.00

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-30/180/T	180	7,17	6,04	28,08	205,05
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir dešra a/r.	UŽK-12/30/T	30	2,40	4,04	8,62	83,73
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,48
	Iš viso:		**9,58**	**10,08**	**36,76**	**289,26**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	1,36	2,12	7,02	47,15
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-16/150/T_NAUJA	150	21,22	18,04	14,80	307,22
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/10/T	10	0,14	1,22	2,83	23,11
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-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**25,34**	**22,05**	**48,37**	**492,92**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis	KIAUŠP-1/50/T	50	6,10	5,85	0,35	78,48
Batonas su sviestu (82%)	UŽK-134/32/T	32	2,39	3,46	15,59	101,77
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
	Iš viso:		**8,50**	**9,31**	**15,97**	**180,49**
	Iš viso (dienos davinio):		**43,42**	**41,44**	**101,10**	**962,67**

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.00

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-90/180/T_NAUJA	180	6,97	6,60	40,04	238,83
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/30/T	30	3,35	4,61	8,76	93,33
Nesaldintas gėrimas iš sulčių (obuolių)	GĖR-15/200/T	200	0,05	0,05	7,20	23,62
	Iš viso:		**10,37**	**11,26**	**56,00**	**355,78**

Pietūs 11.30

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	3,32	14,61	94,65
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-5/150/T	150	7,96	13,11	33,02	259,73
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/75/T	75	1,94	3,02	0,91	27,10
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**13,58**	**20,00**	**68,44**	**481,86**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Meduoliai	VNT-9/40/T	40	2,44	2,28	30,00	154,80
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/100/T	100	2,17	1,73	3,40	35,16
	Iš viso:		**4,61**	**4,01**	**33,40**	**189,96**
	Iš viso (dienos davinio):		**28,56**	**35,27**	**157,84**	**1027,60**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.00

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-2/180/T_NAUJA	180	7,29	4,97	31,71	204,32
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
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,31
	Iš viso:		**11,98**	**11,47**	**39,42**	**308,32**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	1,71	2,14	18,19	94,14
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	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-38/50/T_NAUJA	50	8,01	7,99	6,96	172,03
Virtos perlinės kruopos su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	GAR-46/50/T	50	1,32	1,31	10,67	59,69
Morkų ir obuolių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-77/50/T	50	0,31	6,21	11,74	88,72
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**13,49**	**19,70**	**67,62**	**529,61**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškė (9%) su jogurtu, obuoliais ir uogomis	UŽK-212/150/T	150	13,70	7,90	8,20	157,50
Kmynų gėrimas	GĖR-76/150/T	150	1,57	1,17	13,87	58,06
	Iš viso:		**15,27**	**9,07**	**22,07**	**215,56**
	Iš viso (dienos davinio):		**40,74**	**40,24**	**129,11**	**1053,49**

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.00

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-5/180/T_NAUJA	180	5,96	4,71	31,39	231,10
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-76/150/T	150	1,57	1,17	13,87	58,06
	Iš viso:		**9,93**	**9,92**	**53,88**	**372,89**

Pietūs 11.30

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	1,26	2,60	9,91	61,83
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Avižiniai sklindžiai su varške (9%) (keptas)	MLT-106/150/T	150	16,64	16,68	35,72	343,80
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/10/T	10	0,14	1,22	2,83	23,11
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-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**20,66**	**21,17**	**72,18**	**544,18**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Balta daržovių mišrainė (tausojantis)	SAL-100/100/T	100	2,75	9,49	9,96	130,75
Batonas	UŽK-9/25/T	25	1,98	1,13	12,98	69,00
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
	Iš viso:		**4,74**	**10,62**	**22,97**	**199,99**
	Iš viso (dienos davinio):		**35,33**	**41,71**	**149,03**	**1117,06**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta sorų kruopų košė su morkomis ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-6/180/T	180	7,26	14,20	31,35	285,17
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,23
		Iš viso:	**9,02**	**15,50**	**33,91**	**314,40**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	1,68	4,75	6,76	68,86
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Ryžių plovas su vištienos mėsa (tausojantis)	KRUOP-72/150/T_NAUJA	150	21,76	15,58	21,30	331,45
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/75/T	75	1,94	3,02	0,91	27,10
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
		Iš viso:	**27,40**	**23,90**	**48,87**	**527,79**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės sūrelis (7,5%)	UŽK-68/50/T	50	6,50	3,75	9,20	96,50
Javinukai	VNT-6/10/T	10	0,67	2,08	5,96	46,20
		Iš viso:	**7,17**	**5,83**	**15,16**	**142,70**
		Iš viso (dienos davinio):	**43,59**	**45,23**	**97,94**	**984,89**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.00

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-31C/180/T	180	6,22	4,89	35,84	208,61
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir dešra 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	0,48
	Iš viso:		**10,73**	**12,90**	**53,26**	**375,49**

Pietūs 11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis ir virtu kiaušiniu (augalinis) (tausojantis)	SR-76/100/T_NAUJA	100	1,40	4,75	5,59	61,40
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Purus varškės pudingas (tausojantis)	VRŠP-54/150/T	150	19,55	18,67	13,80	297,70
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/10/T	10	0,14	1,22	2,83	23,11
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-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**23,71**	**25,31**	**45,94**	**497,65**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis	KIAUŠP-1/50/T	50	6,10	5,85	0,35	78,48
Batonas su sviestu (82%)	UŽK-134/32/T	32	2,39	3,46	15,59	101,77
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
	Iš viso:		**8,50**	**9,31**	**15,97**	**180,49**
	Iš viso (dienos davinio):		**42,94**	**47,52**	**115,17**	**1053,63**

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.00

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-29/180/T_NAUJA	180	4,93	6,07	24,19	170,98
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	0,48
	Iš viso:		**11,65**	**15,28**	**41,77**	**358,11**

Pietūs 11.30

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	3,25	10,58	70,06
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Įdaryta paprika su daržovėmis (tausojantis) (augalinis)	DRŽP-65/150/T_NAUJA	150	6,00	8,44	28,73	217,93
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/10/T	10	0,18	5,25	0,22	48,76
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/80/T	80	2,06	3,22	0,97	28,90
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**11,47**	**20,71**	**60,40**	**466,03**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Meduoliai	VNT-9/40/T	40	2,44	2,28	30,00	154,80
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/100/T	100	2,17	1,73	3,40	35,16
	Iš viso:		**4,61**	**4,01**	**33,40**	**189,96**
	Iš viso (dienos davinio):		**27,73**	**40,00**	**135,57**	**1014,10**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.00

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-33/180/T	180	8,96	8,94	31,72	235,09
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,31
	Iš viso:		**13,30**	**12,39**	**38,52**	**305,40**

Pietūs 11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-65/100/T_NAUJA	100	0,92	5,11	6,52	63,23
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	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-30/100/T_NAUJA	100	14,41	11,35	7,86	184,26
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR-15/50/T	50	0,94	0,05	8,58	37,95
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**18,41**	**18,56**	**43,02**	**400,47**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Batonas su sviestu (82%.) ir virta dešra	UŽK-118/75/T	75	5,99	10,70	26,25	223,20
Arbata be cukraus	GĖR-2/150/T	150	0,01	0,00	0,04	0,36
	Iš viso:		**6,00**	**10,70**	**26,29**	**223,56**
	Iš viso (dienos davinio):		**37,71**	**41,65**	**107,83**	**929,43**

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.00

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-39/180/T	180	7,23	6,96	34,24	237,93
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/30/T	30	3,35	4,61	8,76	93,33
Kmynų gėrimas	GĖR-76/150/T	150	1,57	1,17	13,87	58,06
	Iš viso:		**12,15**	**12,74**	**56,87**	**389,32**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	0,86	4,13	5,40	55,51
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Viso gūdo blyneliai su kefyru (2,5%) (keptas)	MLT-21/150/T	150	16,45	12,12	48,76	379,88
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/10/T	10	0,14	1,22	2,83	23,11
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-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**20,07**	**18,14**	**80,71**	**573,94**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Balta daržovių mišrainė (tausojantis)	SAL-100/100/T	100	2,75	9,49	9,96	130,75
Batonas	UŽK-9/25/T	25	1,98	1,13	12,98	69,00
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
	Iš viso:		**4,74**	**10,62**	**22,97**	**199,99**
	Iš viso (dienos davinio):		**36,96**	**41,50**	**160,55**	**1163,25**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

4-7 metų vaikams

Elektroninio dokumento nuorašas

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.00

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-21/180/T_NAUJA	180	7,19	5,51	50,86	338,54
Kefyras (2,5%)	GĖR-18/100/T	100	3,40	2,50	4,90	60,00
Iš viso:			**10,59**	**8,01**	**55,76**	**398,54**

Pietūs 11.30

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	2,13	7,39	44,78
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kiaulienos plovas su daržovėmis (tausojantis)	KRUOP-86/150/T	150	10,26	16,40	47,64	285,57
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/75/T	75	1,94	3,02	0,91	27,10
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
Iš viso:			**15,26**	**22,10**	**75,84**	**457,83**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės sūrelis (7,5%)	UŽK-68/50/T	50	6,50	3,75	9,20	96,50
Javinukai	VNT-6/10/T	10	0,67	2,08	5,96	46,20
Iš viso:			**7,17**	**5,83**	**15,16**	**142,70**
Iš viso (dienos davinio):			**33,02**	**35,94**	**146,76**	**999,07**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

4-7 metų vaikams

Elektroninio dokumento nuorašas

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.00

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-51/180/T_NAUJA	180	7,36	5,49	40,52	241,19
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/30/T	30	3,35	4,61	8,76	93,33
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,48
	Iš viso:		**10,72**	**10,10**	**49,34**	**335,00**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	0,84	4,12	5,29	51,38
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kiaulienos kepinukai (tausojantis) (keptas su garais)	KMP-214/50/T_NAUJA	50	7,17	14,22	11,57	167,88
'Virti grikiai (tausojantis) (augalinis)	GAR-7/50/T	50	1,36	0,02	13,64	80,31
Pekino kopūstas, šv.agurkas, pomidoras su šalto spaudimo nerafinuotas aliejumi (augalinis)	SAL-90/50/T	50	0,46	4,10	2,02	43,97
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**11,85**	**23,01**	**52,42**	**443,92**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis	KIAUŠP-1/50/T	50	6,10	5,85	0,35	78,48
Batonas su sviestu (82%)	UŽK-134/32/T	32	2,39	3,46	15,59	101,77
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
	Iš viso:		**8,50**	**9,31**	**15,97**	**180,49**
	Iš viso (dienos davinio):		**31,07**	**42,42**	**117,73**	**959,41**

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.00

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-91/180/T	180	7,11	5,39	34,89	214,71
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/30/T	30	3,35	4,61	8,76	93,33
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,48
	Iš viso:		**10,47**	**10,00**	**43,71**	**308,52**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	0,90	4,11	6,41	57,15
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kepta vištienos filė (keptas/troškintas) (tausojantis)	KMP-46/50/T_NAUJA	50	13,01	7,41	5,02	139,94
Virti viso grūdo makaronai (tausojantis)	GAR-21/50/T	50	2,28	0,88	12,73	70,92
Morkų salotos su česnakais ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-68/50/T_NAUJA	50	0,29	4,40	12,70	70,87
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**18,50**	**17,35**	**56,76**	**439,26**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Meduoliai	VNT-9/40/T	40	2,44	2,28	30,00	154,80
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/100/T	100	2,17	1,73	3,40	35,16
	Iš viso:		**4,61**	**4,01**	**33,40**	**189,96**
	Iš viso (dienos davinio):		**33,58**	**31,36**	**133,87**	**937,74**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

Elektroninio dokumento nuorašas

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.00

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-27/180/T	180	5,78	6,08	42,47	240,94
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
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,31
	Iš viso:		**10,47**	**12,58**	**50,18**	**344,94**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	0,96	2,08	9,19	52,79
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	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-47/150/T	150	7,70	3,78	36,25	202,78
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/10/T	10	0,18	5,25	0,22	48,76
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/80/T	80	2,06	3,22	0,97	28,90
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**13,04**	**16,38**	**66,69**	**448,26**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%)	UŽK-3/105/T	105	6,74	6,63	31,94	209,36
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/150/T	150	1,32	0,98	1,92	21,92
	Iš viso:		**8,06**	**7,61**	**33,86**	**231,28**
	Iš viso (dienos davinio):		**31,57**	**36,57**	**150,73**	**1024,48**

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.00

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-24/180/T	180	6,35	6,85	31,07	211,70
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/30/T	30	3,35	4,61	8,76	93,33
Kmynų gėrimas	GĖR-76/200/T	200	2,08	1,55	18,49	77,40
	Iš viso:		**11,78**	**13,01**	**58,32**	**382,43**

Pietūs 11.30

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	4,26	13,80	96,29
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Vištienos kukulis su dribsniais (tausojantis)	KMP-123/50/T_NAUJA	50	12,08	8,02	8,15	155,33
Kuskusų kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GAR-28/50/T	50	2,88	0,14	17,42	84,63
Burokėlių salotos (augalinis)	SAL-76/50/T	50	0,85	1,05	6,83	35,79
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**21,89**	**14,02**	**66,10**	**472,42**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Balta daržovių mišrainė (tausojantis)	SAL-100/100/T	100	2,75	9,49	9,96	130,75
Batonas	UŽK-9/25/T	25	1,98	1,13	12,98	69,00
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
	Iš viso:		**4,74**	**10,62**	**22,97**	**199,99**
	Iš viso (dienos davinio):		**38,41**	**37,65**	**147,39**	**1054,84**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

Elektroninio dokumento nuorašas

1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.00

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-92/180/T_NAUJA	180	6,64	9,94	37,90	268,29
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,23
Iš viso:			**8,40**	**11,24**	**40,46**	**297,52**

Pietūs 11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta sriuba su bulvėmis, kopūstais, morkomis ir šaldytais žirneliais(augalinis) (tausojantis)	SR-54/100/T	100	1,43	3,44	7,61	64,74
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-69/50/T	50	8,24	13,85	10,33	99,21
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	GAR-25/50/T	50	2,11	0,61	21,81	95,98
Kopūstų salotos su paprikomis ir morkomis, šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-230/50/T	50	0,65	1,64	3,45	28,16
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
Iš viso:			**14,45**	**20,09**	**63,10**	**388,47**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės sūrelis (7,5%)	UŽK-68/50/T	50	6,50	3,75	9,20	96,50
Javinukai	VNT-6/10/T	10	0,67	2,08	5,96	46,20
Iš viso:			**7,17**	**5,83**	**15,16**	**142,70**
Iš viso (dienos davinio):			**30,02**	**37,16**	**118,72**	**828,69**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

Elektroninio dokumento nuorašas

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.00

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-30/180/T	180	7,17	6,04	28,08	205,05
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir dešra a/r.	UŽK-12/30/T	30	2,40	4,04	8,62	83,73
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,48
	Iš viso:		**9,58**	**10,08**	**36,76**	**289,26**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	1,36	2,12	7,02	47,15
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kiaulienos karbonadas (tausojantis)	KMP-18/50/T_NAUJA	50	13,67	6,12	3,34	124,28
'Virti grikiai (tausojantis) (augalinis)	GAR-7/50/T	50	1,36	0,02	13,64	80,31
Pekino kopūstas, šv.agurkas, paprika su šalto spaudimo nerafinuotas aliejumi (augalinis)	SAL-129/50/T	50	0,47	5,62	12,92	85,05
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**18,88**	**14,43**	**56,82**	**437,17**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis	KIAUŠP-1/50/T	50	6,10	5,85	0,35	78,48
Batonas su sviestu (82%)	UŽK-134/32/T	32	2,39	3,46	15,59	101,77
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
	Iš viso:		**8,50**	**9,31**	**15,97**	**180,49**
	Iš viso (dienos davinio):		**36,96**	**33,82**	**109,55**	**906,92**

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.00

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-90/180/T_NAUJA	180	6,97	6,60	40,04	238,83
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/30/T	30	3,35	4,61	8,76	93,33
Nesaldintas gėrimas iš sulčių (obuolių)	GĖR-15/200/T	200	0,05	0,05	7,20	23,62
	Iš viso:		**10,37**	**11,26**	**56,00**	**355,78**

Pietūs 11.30

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	3,32	14,61	94,65
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Vištienos kukuliai su varške (9%) (tausojantis)	KMP-122/50/T_NAUJA	50	12,61	7,60	0,96	124,63
Virti viso grūdo makaronai (tausojantis)	GAR-21/50/T	50	2,28	0,88	12,73	70,92
Virtų burokėlių salotos su žirneliais, raugintais agurkais ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-21/50/T	50	0,99	6,11	5,03	72,39
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**19,56**	**18,46**	**53,23**	**462,97**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Meduoliai	VNT-9/40/T	40	2,44	2,28	30,00	154,80
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/100/T	100	2,17	1,73	3,40	35,16
	Iš viso:		**4,61**	**4,01**	**33,40**	**189,96**
	Iš viso (dienos davinio):		**34,54**	**33,73**	**142,63**	**1008,71**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

Elektroninio dokumento nuorašas

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.00

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-2/180/T_NAUJA	180	7,29	4,97	31,71	204,32
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
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,31
	Iš viso:		**11,98**	**11,47**	**39,42**	**308,32**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	1,71	2,14	18,19	94,14
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	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) (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-8/160/T	160	5,74	11,99	27,54	215,45
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/80/T	80	2,06	3,22	0,97	28,90
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**11,65**	**19,40**	**66,76**	**453,52**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškė (9%) su jogurtu, obuoliais ir uogomis	UŽK-212/150/T	150	13,70	7,90	8,20	157,50
Kmynų gėrimas	GĖR-76/150/T	150	1,57	1,17	13,87	58,06
	Iš viso:		**15,27**	**9,07**	**22,07**	**215,56**
	Iš viso (dienos davinio):		**38,90**	**39,94**	**128,25**	**977,40**

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.00

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-5/180/T_NAUJA	180	5,96	4,71	31,39	231,10
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-76/150/T	150	1,57	1,17	13,87	58,06
	Iš viso:		**9,93**	**9,92**	**53,88**	**372,89**

Pietūs 11.30

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	1,26	2,60	9,91	61,83
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-48/50/T_NAUJA	50	8,05	8,10	2,82	125,96
Kuskusų kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GAR-28/50/T	50	2,88	0,14	17,42	84,63
Šviežių daržovių salotos (pekino kopūstai, ridikėliai, agurkai) su šato spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-181/50/T	50	0,47	3,84	14,21	68,46
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**14,68**	**15,23**	**64,26**	**441,26**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Balta daržovių mišrainė (tausojantis)	SAL-100/100/T	100	2,75	9,49	9,96	130,75
Batonas	UŽK-9/25/T	25	1,98	1,13	12,98	69,00
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
	Iš viso:		**4,74**	**10,62**	**22,97**	**199,99**
	Iš viso (dienos davinio):		**29,35**	**35,77**	**141,11**	**1014,14**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

Elektroninio dokumento nuorašas

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta sorų kruopų košė su morkomis ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-6/180/T	180	7,26	14,20	31,35	285,17
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,23
		Iš viso:	**9,02**	**15,50**	**33,91**	**314,40**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	1,68	4,75	6,76	68,86
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Žuvies (jūros lydekos) kotletas įdarytas špinatais(tausojantis) (keptas su garais)	ŽUVP-32/50/T_NAUJA	50	7,21	14,64	6,96	127,15
Virtos apkeptos bulvės su kmynais (augalinis) (tausojantis)	GAR-8/50/T	50	0,96	2,58	9,63	97,28
Burokėlių salotos (augalinis)	SAL-76/50/T	50	0,85	1,05	6,83	35,79
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
		Iš viso:	**12,72**	**23,57**	**50,08**	**429,46**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės sūrelis (7,5%)	UŽK-68/50/T	50	6,50	3,75	9,20	96,50
Javinukai	VNT-6/10/T	10	0,67	2,08	5,96	46,20
		Iš viso:	**7,17**	**5,83**	**15,16**	**142,70**
		Iš viso (dienos davinio):	**28,91**	**44,90**	**99,15**	**886,56**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.00

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-31C/180/T	180	6,22	4,89	35,84	208,61
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir dešra 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	0,48
	Iš viso:		**10,73**	**12,90**	**53,26**	**375,49**

Pietūs 11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis ir virtu kiaušiniu (augalinis) (tausojantis)	SR-76/100/T_NAUJA	100	1,40	4,75	5,59	61,40
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-39/50/T	50	9,29	12,79	3,96	162,87
'Virti grikiai (tausojantis) (augalinis)	GAR-7/50/T	50	1,36	0,02	13,64	80,31
Kopūstų ir agurkų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumii (augalinis)	SAL-179/50/T	50	0,68	6,10	6,66	70,32
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**14,75**	**24,21**	**49,75**	**475,28**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis	KIAUŠP-1/50/T	50	6,10	5,85	0,35	78,48
Batonas su sviestu (82%)	UŽK-134/32/T	32	2,39	3,46	15,59	101,77
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
	Iš viso:		**8,50**	**9,31**	**15,97**	**180,49**
	Iš viso (dienos davinio):		**33,98**	**46,42**	**118,98**	**1031,26**

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.00

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-29/180/T_NAUJA	180	4,93	6,07	24,19	170,98
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	0,48
	Iš viso:		**11,65**	**15,28**	**41,77**	**358,11**

Pietūs 11.30

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	3,25	10,58	70,06
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-304/50/T_NAUJA	50	14,42	8,91	0,55	143,53
Virti viso grūdo makaronai (tausojantis)	GAR-21/50/T	50	2,28	0,88	12,73	70,92
Morkų salotos su česnaku ir majonezu (augalinis)	SAL-71/50/T_NAUJA	50	0,26	3,24	11,17	56,58
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**20,19**	**16,83**	**54,93**	**441,47**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Meduoliai	VNT-9/40/T	40	2,44	2,28	30,00	154,80
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/100/T	100	2,17	1,73	3,40	35,16
	Iš viso:		**4,61**	**4,01**	**33,40**	**189,96**
	Iš viso (dienos davinio):		**36,45**	**36,12**	**130,10**	**989,54**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

Elektroninio dokumento nuorašas

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.00

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-33/180/T	180	8,96	8,94	31,72	235,09
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,31
		Iš viso:	**13,30**	**12,39**	**38,52**	**305,40**

Pietūs 11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-65/100/T_NAUJA	100	0,92	5,11	6,52	63,23
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	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-47/130/T_NAUJA	130	7,52	9,25	26,20	253,95
Morkų - kukurūzų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-155/65/T	65	0,55	3,35	5,39	50,35
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
		Iš viso:	**11,13**	**19,76**	**58,17**	**482,56**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Batonas su sviestu (82%.) ir virta dešra	UŽK-118/75/T	75	5,99	10,70	26,25	223,20
Arbata be cukraus	GĖR-2/150/T	150	0,01	0,00	0,04	0,36
		Iš viso:	**6,00**	**10,70**	**26,29**	**223,56**
		Iš viso (dienos davinio):	**30,43**	**42,85**	**122,98**	**1011,52**

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.00

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-39/180/T	180	7,23	6,96	34,24	237,93
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/30/T	30	3,35	4,61	8,76	93,33
Kmynų gėrimas	GĖR-76/150/T	150	1,57	1,17	13,87	58,06
		Iš viso:	**12,15**	**12,74**	**56,87**	**389,32**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	0,86	4,13	5,40	55,51
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-297/50/T_NAUJA	50	8,75	8,69	1,71	123,25
Skystas pieno padažas su daržovėmis	PAD-83/10/T	10	0,37	0,93	0,78	11,72
Kuskusų kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GAR-28/60/T	60	3,46	0,16	20,90	101,56
Raudongūžio kopūsto salotos su morkomis ir šalto spaudimo nerafinuotas aliejumi (augalinis)	SAL-140/55/T	55	0,68	2,83	14,10	61,72
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
		Iš viso:	**16,14**	**17,29**	**62,79**	**454,14**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Balta daržovių mišrainė (tausojantis)	SAL-100/100/T	100	2,75	9,49	9,96	130,75
Batonas	UŽK-9/25/T	25	1,98	1,13	12,98	69,00
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
		Iš viso:	**4,74**	**10,62**	**22,97**	**199,99**
		Iš viso (dienos davinio):	**33,03**	**40,65**	**142,63**	**1043,45**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

Elektroninio dokumento nuorašas

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.00

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-21/180/T_NAUJA	180	7,19	5,51	50,86	338,54
Kefyras (2,5%)	GĖR-18/100/T	100	3,40	2,50	4,90	60,00
Iš viso:			**10,59**	**8,01**	**55,76**	**398,54**

Pietūs 11.30

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	2,13	7,39	44,78
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-118/50/T_NAUJA	50	9,91	9,68	7,76	160,67
Grietinės (30%) padažas	PAD-63/10/T	10	0,19	1,92	0,47	20,06
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	GAR-25/50/T	50	2,11	0,61	21,81	95,98
Daržovių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (pekininiai kop., morkos, šv. agurkai, šv.pomidorai, paprika) (augalinis)	SAL-2/55/T	55	0,49	1,50	2,03	20,27
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
Iš viso:			**15,76**	**16,39**	**59,36**	**442,14**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės sūrelis (7,5%)	UŽK-68/50/T	50	6,50	3,75	9,20	96,50
Javinukai	VNT-6/10/T	10	0,67	2,08	5,96	46,20
Iš viso:			**7,17**	**5,83**	**15,16**	**142,70**
Iš viso (dienos davinio):			**33,52**	**30,23**	**130,28**	**983,38**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

4-7 metų vaikams

Elektroninio dokumento variantas

Elektroninio dokumento nuorašas

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.00

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-51/180/T_NAUJA	180	7,36	5,49	40,52	241,19
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/30/T	30	3,35	4,61	8,76	93,33
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,48
		Iš viso:	**10,72**	**10,10**	**49,34**	**335,00**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	0,84	4,12	5,29	51,38
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kiaulienos kotletas (tausojantis) (keptas/troškintas)	KMP-43/50/T_NAUJA	50	9,56	8,09	8,28	144,60
Bulvių košė (tausojantis)	GAR-2/50/T	50	1,04	1,69	7,40	48,32
Virtų burokėlių salotos su raugintais kopūstais ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis) (tausojantis)	SAL-38/50/T_NAUJA	50	0,72	5,07	13,65	90,44
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
		Iš viso:	**14,18**	**19,52**	**54,52**	**435,12**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis	KIAUŠP-1/50/T	50	6,10	5,85	0,35	78,48
Batonas su sviestu (82%)	UŽK-134/32/T	32	2,39	3,46	15,59	101,77
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
		Iš viso:	**8,50**	**9,31**	**15,97**	**180,49**
		Iš viso (dienos davinio):	**33,40**	**38,93**	**119,83**	**950,61**

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.00

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-91/180/T	180	7,11	5,39	34,89	214,71
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/30/T	30	3,35	4,61	8,76	93,33
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,48
		Iš viso:	**10,47**	**10,00**	**43,71**	**308,52**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	0,90	4,11	6,41	57,15
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Varškės kukuliai su bananais (tausojantis)	VRŠP-58/150/T_NAUJA	150	21,71	10,93	34,24	330,07
Grietinė (30%)	PAD-11/10/T	10	0,24	3,00	0,31	29,30
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-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
		Iš viso:	**25,47**	**18,71**	**64,68**	**531,96**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Meduoliai	VNT-9/40/T	40	2,44	2,28	30,00	154,80
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/100/T	100	2,17	1,73	3,40	35,16
		Iš viso:	**4,61**	**4,01**	**33,40**	**189,96**
		Iš viso (dienos davinio):	**40,55**	**32,72**	**141,79**	**1030,44**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.00

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-27/180/T	180	5,78	6,08	42,47	240,94
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
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,31
	Iš viso:		**10,47**	**12,58**	**50,18**	**344,94**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	0,96	2,08	9,19	52,79
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	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-19/50/T_NAUJA	50	10,23	13,53	7,56	181,75
'Virti grikiai (tausojantis) (augalinis)	GAR-7/50/T	50	1,36	0,02	13,64	80,31
Šviežių kopūstų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	SAL-257/50T	50	0,74	4,97	4,41	64,11
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**15,43**	**22,65**	**54,86**	**493,99**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir varškės sūriu (13%)	UŽK-3/105/T	105	6,74	6,63	31,94	209,36
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/150/T	150	1,32	0,98	1,92	21,92
	Iš viso:		**8,06**	**7,61**	**33,86**	**231,28**
	Iš viso (dienos davinio):		**33,96**	**42,84**	**138,90**	**1070,21**

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.00

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-24/180/T	180	6,35	6,85	31,07	211,70
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/30/T	30	3,35	4,61	8,76	93,33
Kmynų gėrimas	GĖR-76/200/T	200	2,08	1,55	18,49	77,40
	Iš viso:		**11,78**	**13,01**	**58,32**	**382,43**

Pietūs 11.30

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	4,26	13,80	96,29
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-12/150/T	150	4,21	4,66	37,48	247,97
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/75/T	75	1,94	3,02	0,91	27,10
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**12,23**	**12,49**	**72,09**	**471,74**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Balta daržovių mišrainė (tausojantis)	SAL-100/100/T	100	2,75	9,49	9,96	130,75
Batonas	UŽK-9/25/T	25	1,98	1,13	12,98	69,00
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
	Iš viso:		**4,74**	**10,62**	**22,97**	**199,99**
	Iš viso (dienos davinio):		**28,75**	**36,12**	**153,38**	**1054,16**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

Elektroninio dokumento nuorašas

1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.00

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-92/180/T_NAUJA	180	6,64	9,94	37,90	268,29
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,23
Iš viso:			**8,40**	**11,24**	**40,46**	**297,52**

Pietūs 11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta sriuba su bulvėmis, kopūstais, morkomis ir šaldytais žirneliais(augalinis) (tausojantis)	SR-54/100/T	100	1,43	3,44	7,61	64,74
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kepti varškėčiai (tausojantis) (keptas su garais)	VRŠP-23/150/T	150	24,82	16,11	17,85	315,60
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/10/T	10	0,14	1,22	2,83	23,11
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-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
Iš viso:			**29,01**	**21,44**	**52,01**	**518,89**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės sūrelis (7,5%)	UŽK-68/50/T	50	6,50	3,75	9,20	96,50
Javinukai	VNT-6/10/T	10	0,67	2,08	5,96	46,20
Iš viso:			**7,17**	**5,83**	**15,16**	**142,70**
Iš viso (dienos davinio):			**44,58**	**38,51**	**107,63**	**959,11**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.00

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-30/180/T	180	7,17	6,04	28,08	205,05
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir dešra a/r.	UŽK-12/30/T	30	2,40	4,04	8,62	83,73
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,48
		Iš viso:	**9,58**	**10,08**	**36,76**	**289,26**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	1,36	2,12	7,02	47,15
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kiaulienos kukuliai rausvame padaže (tausojantis)	KMP-294/50/T_NAUJA	50	8,39	13,42	3,59	167,80
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR-15/50/T	50	0,94	0,05	8,58	37,95
Morkų - kukurūzų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-155/50/T	50	0,43	2,58	19,15	82,98
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
		Iš viso:	**13,14**	**18,72**	**58,24**	**436,26**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis	KIAUŠP-1/50/T	50	6,10	5,85	0,35	78,48
Batonas su sviestu (82%)	UŽK-134/32/T	32	2,39	3,46	15,59	101,77
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
		Iš viso:	**8,50**	**9,31**	**15,97**	**180,49**
		Iš viso (dienos davinio):	**31,22**	**38,11**	**110,97**	**906,01**

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.00

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-90/180/T_NAUJA	180	6,97	6,60	40,04	238,83
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/30/T	30	3,35	4,61	8,76	93,33
Nesaldintas gėrimas iš sulčių (obuolių)	GĖR-15/200/T	200	0,05	0,05	7,20	23,62
		Iš viso:	**10,37**	**11,26**	**56,00**	**355,78**

Pietūs 11.30

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	3,32	14,61	94,65
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Mieliniai blynai (keptas)	MLT-9/150/T	150	13,68	15,01	47,39	373,81
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/10/T	10	0,14	1,22	2,83	23,11
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-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
		Iš viso:	**18,10**	**20,22**	**88,55**	**607,01**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Meduoliai	VNT-9/40/T	40	2,44	2,28	30,00	154,80
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/100/T	100	2,17	1,73	3,40	35,16
		Iš viso:	**4,61**	**4,01**	**33,40**	**189,96**
		Iš viso (dienos davinio):	**33,08**	**35,49**	**177,95**	**1152,75**

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.00

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-2/180/T_NAUJA	180	7,29	4,97	31,71	204,32
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
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,31
	Iš viso:		**11,98**	**11,47**	**39,42**	**308,32**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	1,71	2,14	18,19	94,14
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	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-298/50/T	50	8,24	8,74	1,61	113,48
'Virti grikiai (tausojantis) (augalinis)	GAR-7/50/T	50	1,36	0,02	13,64	80,31
Kopūstų - morkų salotos su šalto spaudimo nerafinuotas aliejumi (augalinis)	SAL-95/50/T	50	0,65	4,10	21,27	91,00
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**14,10**	**17,05**	**74,77**	**493,96**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškė (9%) su jogurtu, obuoliais ir uogomis	UŽK-212/150/T	150	13,70	7,90	8,20	157,50
Kmynų gėrimas	GĖR-76/150/T	150	1,57	1,17	13,87	58,06
	Iš viso:		**15,27**	**9,07**	**22,07**	**215,56**
	Iš viso (dienos davinio):		**41,35**	**37,59**	**136,26**	**1017,84**

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.00

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-5/180/T_NAUJA	180	5,96	4,71	31,39	231,10
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-76/150/T	150	1,57	1,17	13,87	58,06
	Iš viso:		**9,93**	**9,92**	**53,88**	**372,89**

Pietūs 11.30

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	1,26	2,60	9,91	61,83
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-108/150/T	150	6,95	6,66	37,61	242,93
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/75/T	75	1,94	3,02	0,91	27,10
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**12,17**	**12,83**	**68,33**	**432,24**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Balta daržovių mišrainė (tausojantis)	SAL-100/100/T	100	2,75	9,49	9,96	130,75
Batonas	UŽK-9/25/T	25	1,98	1,13	12,98	69,00
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
	Iš viso:		**4,74**	**10,62**	**22,97**	**199,99**
	Iš viso (dienos davinio):		**26,84**	**33,37**	**145,18**	**1005,12**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

Elektroninio dokumento nuorašas

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta sorų kruopų košė su morkomis ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-6/180/T	180	7,26	14,20	31,35	285,17
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,23
		Iš viso:	**9,02**	**15,50**	**33,91**	**314,40**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	1,68	4,75	6,76	68,86
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Kepti kukurūziniai varškėčiai (9%) (tausojantis)	VRŠP-56/150/T	150	22,43	12,85	33,12	342,65
Grietinė (30%)	PAD-11/10/T	10	0,24	3,00	0,31	29,30
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-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
		Iš viso:	**26,97**	**21,27**	**63,91**	**556,25**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės sūrelis (7,5%)	UŽK-68/50/T	50	6,50	3,75	9,20	96,50
Javinukai	VNT-6/10/T	10	0,67	2,08	5,96	46,20
		Iš viso:	**7,17**	**5,83**	**15,16**	**142,70**
		Iš viso (dienos davinio):	**43,16**	**42,60**	**112,98**	**1013,35**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.00

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-31C/180/T	180	6,22	4,89	35,84	208,61
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir dešra 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	0,48
		Iš viso:	**10,73**	**12,90**	**53,26**	**375,49**

Pietūs 11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis ir virtu kiaušiniu (augalinis) (tausojantis)	SR-76/100/T_NAUJA	100	1,40	4,75	5,59	61,40
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-295/50/T_NAUJA	50	7,13	12,28	6,63	166,90
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR-15/50/T	50	0,94	0,05	8,58	37,95
Pekino kopūstų, šv.agurkų ir pomidorų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-66/50/T	50	0,45	3,10	13,64	63,61
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
		Iš viso:	**11,94**	**20,73**	**54,34**	**430,24**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis	KIAUŠP-1/50/T	50	6,10	5,85	0,35	78,48
Batonas su sviestu (82%)	UŽK-134/32/T	32	2,39	3,46	15,59	101,77
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
		Iš viso:	**8,50**	**9,31**	**15,97**	**180,49**
		Iš viso (dienos davinio):	**31,17**	**42,94**	**123,57**	**986,22**

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8.00

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-29/180/T_NAUJA	180	4,93	6,07	24,19	170,98
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	0,48
		Iš viso:	**11,65**	**15,28**	**41,77**	**358,11**

Pietūs 11.30

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	3,25	10,58	70,06
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-15/150/T	150	14,40	12,86	42,15	342,09
Grietinė (30%)	PAD-11/10/T	10	0,24	3,00	0,31	29,30
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-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
		Iš viso:	**18,47**	**19,78**	**76,76**	**556,89**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Meduoliai	VNT-9/40/T	40	2,44	2,28	30,00	154,80
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/100/T	100	2,17	1,73	3,40	35,16
		Iš viso:	**4,61**	**4,01**	**33,40**	**189,96**
		Iš viso (dienos davinio):	**34,73**	**39,07**	**151,93**	**1104,96**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8.00

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-33/180/T	180	8,96	8,94	31,72	235,09
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,31
		Iš viso:	**13,30**	**12,39**	**38,52**	**305,40**

Pietūs 11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-65/100/T_NAUJA	100	0,92	5,11	6,52	63,23
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	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
Balandėliai su kiauliena, grietines (30%) ir pom. padažu (tausojantis)	DRŽP-37/70/T_NAUJA	70	5,33	11,20	25,78	191,57
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR-15/70/T	70	1,31	0,07	12,01	53,12
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/70/T	70	1,81	2,82	0,85	25,29
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
		Iš viso:	**11,51**	**21,25**	**65,22**	**448,24**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Batonas su sviestu (82%.) ir virta dešra	UŽK-118/75/T	75	5,99	10,70	26,25	223,20
Arbata be cukraus	GĖR-2/150/T	150	0,01	0,00	0,04	0,36
		Iš viso:	**6,00**	**10,70**	**26,29**	**223,56**
		Iš viso (dienos davinio):	**30,81**	**44,34**	**130,03**	**977,20**

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.00

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-39/180/T	180	7,23	6,96	34,24	237,93
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%)	UŽK-5/30/T	30	3,35	4,61	8,76	93,33
Kmynų gėrimas	GĖR-76/150/T	150	1,57	1,17	13,87	58,06
		Iš viso:	**12,15**	**12,74**	**56,87**	**389,32**

Pietūs 11.30

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_NAUJA	100	0,86	4,13	5,40	55,51
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-11/160/T	160	5,81	8,37	56,43	303,31
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/10/T	10	0,18	5,25	0,22	48,76
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/85/T	85	2,19	3,43	1,03	30,71
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
		Iš viso:	**11,06**	**21,73**	**82,98**	**538,67**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Balta daržovių mišrainė (tausojantis)	SAL-100/100/T	100	2,75	9,49	9,96	130,75
Batonas	UŽK-9/25/T	25	1,98	1,13	12,98	69,00
Arbata be cukraus	GĖR-2/100/T	100	0,01	0,00	0,03	0,24
		Iš viso:	**4,74**	**10,62**	**22,97**	**199,99**
		Iš viso (dienos davinio):	**27,95**	**45,09**	**162,82**	**1127,98**

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

Elektroninio dokumento nuorašas

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8.00

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-21/180/T_NAUJA	180	7,19	5,51	50,86	338,54
Kefyras (2,5%)	GĖR-18/100/T	100	3,40	2,50	4,90	60,00
	Iš viso:		**10,59**	**8,01**	**55,76**	**398,54**

Pietūs 11.30

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	2,13	7,39	44,78
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20/T	20	1,48	0,32	8,56	46,60
Viso grūdo mieliniai varškės blynai (keptas)	MLT-107/150/T	150	16,75	16,52	51,06	414,59
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/10/T	10	0,14	1,22	2,83	23,11
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-1/100/T	100	0,50	0,20	10,70	51,40
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200	0,04	0,03	0,64	2,38
	Iš viso:		**20,55**	**20,54**	**85,00**	**597,92**

Pavakariai 15.00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės sūrelis (7,5%)	UŽK-68/50/T	50	6,50	3,75	9,20	96,50
Javinukai	VNT-6/10/T	10	0,67	2,08	5,96	46,20
	Iš viso:		**7,17**	**5,83**	**15,16**	**142,70**
	Iš viso (dienos davinio):		**38,31**	**34,38**	**155,92**	**1139,16**

DETALŪS METADUOMENYS	
Dokumento sudarytojas (-ai)	Raseinių Viktoro Petkaus progimnazija
Dokumento pavadinimas (antraštė)	15 dienų valgiaraštis (4-7 metų vaikams)
Dokumento registracijos data ir numeris	2026-09-24 Nr. LE-95
Dokumento gavimo data ir dokumento gavimo registracijos numeris	-
Dokumento specifikacijos identifikavimo žymuo	ADOC-V1.0
Parašo paskirtis	Pasirašymas
Parašą sukūrusio asmens vardas, pavardė ir pareigos	Ramūnas Bružas Direktorius
Parašo sukūrimo data ir laikas	2026-09-24 10:27
Parašo formatas	Einamojo galiojimo (XAdES-EPES)
Laiko žymoje nurodytas laikas	
Informacija apie sertifikavimo paslaugų teikėją	EID-SK 2016
Sertifikato galiojimo laikas	2023-07-31 10:57 - 2028-07-29 23:59
Informacija apie būdus, naudotus metaduomenų vientisumui užtikrinti	-
Pagrindinio dokumento priedų skaičius	0
Pagrindinio dokumento pridedamų dokumentų skaičius	0
Programinės įrangos, kuria naudojantis sudarytas elektroninis dokumentas, pavadinimas	Elpako v.20260916.4
Informacija apie elektroninio dokumento ir elektroninio (-ių) parašo (-ų) tikrinimą (tikrinimo data)	Tikrinant dokumentą nenustatyta jokių klaidų (2026-11-04)
Elektroninio dokumento nuorašo atspausdinimo data ir ją atspausdinęs darbuotojas	2026-11-04 nuorašą suformavo Saulė Sitavičienė
Paieškos nuoroda	-
Papildomi metaduomenys	Nuorašą suformavo Dokumentų valdymo sistema „Deka Office“ (2026-11-04)