Dokumentą elektroniniu parašu pasirašė GRAŽINA,SUKURIENĖ
Data: 2026-09-22 09:28:57
Kontaktinė informacija: Dietistė

Dokumentą elektroniniu parašu pasirašė AURELIJUS,VIRKUTIS
Data: 2026-09-22 09:38:40
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 PUSRYČIŲ VALGIARAŠTIS

6-10 metų vaikams

2026 09 15

Įstaigos darbo laikas

Nuo 8 iki 14 val.

PERSPEKTYVINIS PUSRYČIŲ VALGIARAŠTIS

6-10 metų vaikams

1 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta močiutės kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-51/200/T_NAUJA	200	8,17	6,10	45,02	267,98
Batonas su sviestu (82%)	UŽK-134/32/T	32	2,39	3,46	15,59	101,77
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,48
		Iš viso:	**10,57**	**9,56**	**60,67**	**370,23**

Antradienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kvietinių kruopų košė su morkomis (tausojantis)	KRUOP-91/200/T	200	7,91	6,00	38,76	238,58
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%)	UŽK-10/45/T	45	3,00	4,77	17,16	130,40
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,48
		Iš viso:	**10,92**	**10,77**	**55,98**	**369,46**

Trečiadienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta ryžių kruopų košė su pienu (2,5%) ir razinomis (tausojantis)	KRUOP-27/200/T	200	6,44	6,75	47,18	267,72
Grietinė (30%)	PAD-11/20/T	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Trintos uogos	PAD-1/20/T	20	0,22	0,10	1,20	8,77
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,31
		Iš viso:	**11,48**	**16,30**	**55,80**	**405,40**

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-24/200/T	200	7,06	7,61	34,52	235,22
Batonas su sviestu (82%)	UŽK-134/32/T	32	2,39	3,46	15,59	101,77
Kmynų gėrimas	GĖR-76/200/T	200	2,08	1,55	18,49	77,40
		Iš viso:	**11,53**	**12,62**	**68,60**	**414,39**

Penktadienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Veganiška kruopų košė su pienu (2,5%) (tausojantis)	KRUOP-92/200/T_NAUJA	200	7,38	11,05	42,11	298,10
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,23
		Iš viso:	**9,14**	**12,35**	**44,67**	**327,33**

PERSPEKTYVINIS PUSRYČIŲ VALGIARAŠTIS

6-10 metų vaikams

2 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-30/200/T	200	7,96	6,71	31,20	227,82
Batonas su sviestu (82%)	UŽK-134/50/T	50	3,60	6,16	23,40	161,40
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,48
		Iš viso:	**11,57**	**12,87**	**54,66**	**389,70**

Antradienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-90/200/T_NAUJA	200	7,74	7,32	44,49	265,36
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%)	UŽK-10/25/T	45	1,50	2,39	8,58	65,20
Nesaldintas gėrimas iš sulčių (obuolių)	GĖR-15/200/T	200	0,05	0,05	7,20	23,62
		Iš viso:	**9,29**	**9,76**	**60,27**	**354,18**

Trečiadienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-2/200/T_NAUJA	200	8,09	5,52	35,23	227,00
Grietinė (30%)	PAD-11/20/T	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,31
Trintos uogos	PAD-1/20/T	20	0,22	0,10	1,20	8,77
		Iš viso:	**13,13**	**15,07**	**43,85**	**364,68**

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su pienu (2,5%) sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-5/200/T_NAUJA	200	6,61	5,23	34,87	256,78
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%)	UŽK-10/25/T	45	1,50	2,39	8,58	65,20
Kmynų gėrimas	GĖR-76/200/T	200	2,08	1,55	18,49	77,40
		Iš viso:	**10,19**	**9,17**	**61,94**	**399,38**

Penktadienis

Pusryčiai 8.45

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-6/200/T	200	8,05	14,14	34,81	301,98
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,23
		Iš viso:	**9,81**	**15,44**	**37,37**	**331,21**

PERSPEKTYVINIS PUSRYČIŲ VALGIARAŠTIS

6-10 metų vaikams

3 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 8.45

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/200/T	200	6,91	5,43	39,82	231,78
Batonas su sviestu (82%)	UŽK-134/50/T	50	3,60	6,16	23,40	161,40
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,48
		Iš viso:	**10,52**	**11,59**	**63,28**	**393,66**

Antradienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su tarkuotomis bulvėmis (tausojantis)	KRUOP-29/200/T_NAUJA	200	5,48	6,74	26,88	190,00
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%)	UŽK-10/50/T	50	3,03	8,90	17,20	167,60
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,48
		Iš viso:	**8,52**	**15,64**	**44,14**	**358,08**

Trečiadienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta avižinių dribsnių košė su pienu (2,5%) ir sviestu (tausojantis)	KRUOP-33/200/T	200	9,96	9,94	35,24	261,21
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,31
		Iš viso:	**14,30**	**13,39**	**42,04**	**331,52**

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių dribsnių košė su pienu (2,5%) sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-39/200/T	200	8,04	7,73	38,04	264,36
Kmynų gėrimas	GĖR-76/200/T	200	2,08	1,55	18,49	77,40
		Iš viso:	**10,12**	**9,28**	**56,53**	**341,76**

Penktadienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-21/200/T_NAUJA	200	8,00	6,11	56,51	356,17
Kefyras (2,5%)	GĖR-18/150/T	150	5,10	3,75	7,35	90,00
		Iš viso:	**13,10**	**9,86**	**63,86**	**446,17**

DETALŪS METADUOMENYS	
Dokumento sudarytojas (-ai)	Raseinių Viktoro Petkaus progimnazija
Dokumento pavadinimas (antraštė)	15 dienų pusryčių valgiaraštis (6-10 metų vaikams)
Dokumento registracijos data ir numeris	2026-09-24 Nr. LE-96
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 10:28
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)