

Suderinta:

LSMU gimnazijos pradinė mokykla
Direktorė
Aušra Burbienė

Tvirtinu:

UAB "Atata"
Gamybos vadovė
Birutė Brovkiene



**LSMU Gimnazijos filialas
PRADINĖ MOKYKLA**

25 DIENŲ VALGIARAŠTIS

6-10 m. amžiaus vaikų grupei

Mokinių maitinimą vykdo
Uab "Atata"

Įstaigos darbo laikas
Nuo 8:00 iki 17.00val.

1 savaitė
Antradienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (tausojantis),(augalinis)	S2	150	6.6	5.47	23.03	151.82
Plovas su vištiena (tausojantis)	11	180	15.43	8.58	28.75	255.31
Marinuoti agurkai	G8S	90	1.06	0.18	3.85	16.1
Švieži agurkai ir pomidorai (augalinis)	G8	80	0.70	0.16	2.38	10.60
Stalo vaduo		130				
	Viso:		23.79	14.39	69.65	433.83

Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai(tausojantis)	84	120	7.03	13.02	35.68	283.46
Grietinė	G19	20	0.48	6.00	0.62	58.60
Sezoninis vaisius		70	0.29	0.28	9.18	40.62
Žalioji arbata (nesaldinta)	GR3	120	0	0	0	0
	Viso:		7.80	19.3	45.48	382.68
	Iš viso dienos davinio:		31.59	33.69	115.13	816.51

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė



Patvirtino ugdymo įstaiga:



1 savaitė
Trečiadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis),(augalinis)	S1	150	1.2	5.12	9.35	83.43
Jautienos befstrogenas(tausojantis)	70	120	17.14	16.13	2.86	218.61
Bulvės (tausojantis)(augalinis)	G3	90	1.79	0.09	16.38	72.5
Spalvotos kopūstų salotos (augalinis)	G27SK	90	4.42	5.62	1.53	127.35
Daržovių lazdelės (augalinis)	G7D	80	0.68	0.14	5.45	19.70
Stalo vanduo		130				
	Viso:		25.23	27.10	35.57	521.59

Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Varkės ir ryžių apkepas (tausojantis)	66	140	12.81	10.26	23.59	241.47
Trintos braškės	G11B	20	0.17	0.08	2.84	11.74
Sezoninis vaisius		70	0.29	0.28	9.18	40.62
Kinrožių arbata (nesaldinta)	GR4	120				
	Viso:		13.27	10.62	35.61	293.83
	Iš viso dienos davinio:		38.50	37.72	71.18	815.42

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"

Gamybos vadovė B.Brovkienė



Patvirtino ugdymo įstaiga:



1 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Agurkinė perlinių kruopų sriuba (tausojantis)(augalinis)	S3	150	2.71	5.41	24.1	150.27
Vištienos šašlykas (tausojantis)	13	90	16.20	5.8	1.68	123.71
Ryžiai (tausojantis)	G2	90	3.52	0.16	30.6	142.40
Morkų, salierų ir obuolių salotos su saulėgrąžom (augalinis)	G17	90	1.47	6.12	13.97	121.35
Stalo vanduo		130				
Viso :			23.9	17.49	70.35	537.73

Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Virtų bulvių cepelinai su vištiena (tausojantis)	85	120	7.51	1.72	20.78	126.82
Grietinės-sviesto padažas	G11	20	0.31	11.26	0.39	103.7
Sezoninis vaisius		70	0.29	0.28	9.18	40.62
Miško uogų skonio arbata (nesaldinta)	GR5	120				
Viso:			8.11	13.26	100.70	271.14
Iš viso dienos davinio :			32.01	30.75	201.40	808.87

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė



Patvirtino ugdymo įstaiga:



2 savaitė
Pirmadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su sorų kruopomis (tausojantis),(augalinis)	S34S	150	1.53	5.26	10.89	92.82
Troškinta menkė (tausojantis)	15	90	14.33	5.93	3.1	122.19
Kuskusas su keptom morkom (tausojantis)	G48	90	12.27	3.09	18.46	201.4
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos (augalinis)	G31K	90	99.00	2.15	5.61	50.72
Stalo vanduo		130				
	Viso:		127.13	16.43	38.06	467.13

Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis)	25	150	8.48	4.89	37.05	215.73
Uogos (šilauogės arba avietės, arba mėlynės) (augalinis)	GR7UO	20	0.07	0.003	11.5	44.00
Trintos braškės	G11B	20	0.17	0.01	2.84	11.74
Sezoninis vaisius		70	0.29	0.28	9.18	40.62
Miško uogų skonio arbata (nesaldinta)	GR5	120				
	Viso:		9.01	5.18	60.57	312.09
	Iš viso dienos davinio:		136.14	21.61	98.63	779.22

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė



Patvirtino ugdymo įstaiga:



2 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis),(augalinis)	S35	150	3.33	5.20	14.64	103.93
Grietinė	G19	20	0.48	6.00	0.62	58.6
Kapoti kalakutienos krūtinėlės kepsneliai (tausojantis)	61	95	17.1	8.51	13.02	198.68
Makaronai (tausojantis)	G4	90	4.8	0.68	29.2	142.00
Spalvotos kopūstų salotos(augalinis)	G27SK	90	4.42	5.62	21.53	127.35
Stalo vanduo		130				
Viso (1):			30.13	26.01	79.01	630.56

Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Lietiniai blynai su bananais	21LBL	110	4.66	2.33	31.15	159.09
Trintos braškės	G11B	20	0.17	0.08	2.84	11.74
Sezoninis vaisius		70g	0.29	0.28	9.18	40.62
Kinrožių arbata (nesaldinta)	Gr4	120				
Viso:			5.12	2.69	43.17	211.45
Iš viso dienos davinio (1):			35.25	28.70	122.18	842.01

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė



Patvirtino ugdomo įstaiga:



3 savaitė
Antradienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Šparaginių pupelių sriuba (tausojantis)(augalinis)	S13	150	2.83	5.37	8.13	78.8
Jautienos (maltos)troškiny (tausojantis)	35	110	7.97	13.59	5.89	176.07
Makaronai (tausojantis)	G4	90	4.8	0.68	29.2	142
Pekino kopūsto, agurkų ir paprikų salotos (augalinis)	G33P	90	2.39	5.65	12.15	96.7
Stalo vanduo		130				
	Viso:		17.99	25.29	55.37	493.57

Pavakariai, 15.30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Sluoksniuotos tešlos užkepėlė (tausojantis)	30	100	10.88	11.48	32.38	243.43
Sezoniniai vaisiai		70	0.29	0.28	9.18	40.62
Žalioji arbata (nesaldinta)	GR3	120				
	Viso:		11.17	11.76	41.56	284.05
	Iš viso dienos davinio:		29.16	37.05	96.93	777.62

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė



Patvirtino ugdymo įstaiga:



3 savaitė
Trečiadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su morkomis ir brokoliais (tausojantis,(augalinis)	58	150	3.41	2.62	26.72	136.41
Vištienos maltinukai (tausojantis)	3	90	13.67	8.46	6.31	153.87
Bulvių košė (tausojantis)	G14	90	1.91	0.38	15.1	70.60
Šviežių kpoūstų ir morkų ir petražolių salotos (augalinis)	G28M	90	2.92	5.42	18.13	115.25
Stalo vanduo		130				
Viso:			21.91	16.88	66.26	476.13

Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Pieniška kukurūzų košė su sviestu (tausojanti)	50	133	5.43	7.47	32.55	201.4
Trintos braškės	G11B	20g	0.17	0.08	2.84	11.74
Pečiuje keptas obuolys	33KO	70g	0.012	0.004	0.159	0.058
Sezoninis vaisius		70	0.29	0.28	9.18	40.62
Kinrožių arbata (nesaldinta)	Gr4	120				
Viso:			5.90	7.83	44.73	253.82
Iš viso dienos davinio:			27.81	24.71	110.99	729.95

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkiene



Patvirtino ugdytojas:



3 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Makaronų sriuba su daržovėmis(tausojantis)(augalinis)	S11	150	4.15	5.69	25.14	164.01
Lašišos kepsnys (tausojantis)	53	90	19.97	16.24	0.34	222.25
Basmati ryžiai (tausojantis)	G2B	90	3.52	0.16	30.60	142..40
Švieži agurkai ir pomidorai (augalinis)	G8	80	0.70	0.16	2.38	10.60
Stalo vanduo		130				
Viso:			28.34	22.25	58.46	539.26

Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Bulvinis ragelis su mėsa (vištiena)(tausojantis)	71B	130	6.07	7.87	20.64	213.28
Grietinė	G19	20	0.48	6.00	0.62	58.60
Sezoninis vaisius		70	0.29	0.28	9.18	40.62
Miško uogų skonio arbata (nesaldinta)	GR5	120				
Viso:			6.84	14.15	30.44	312.50
Iš viso dienos davinio:			35.18	36.40	88.90	851.76

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė



Patvirtino ugdymo įstaiga:



3 savaitė
Penktadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba (tausojantis)	S5	150	3.35	5.23	28.38	176.20
Virti varškėtukai (tausojantis)	24V	150	20.61	10.90	33.25	311.95
Grietinės ir sviesto padažas	G11G	20	0.31	11.26	0.39	103.70
Daržovių lazdelės (augalinis)	G7D	80	0.68	0.14	5.45	19.70
Stalo vanduo		130				
	Viso:		24.95	27.53	67.47	611.55

Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Purūs blynėliai(tausojantis)	28	150	5.39	5.84	33.44	206.87
Trintos braškės	G11B	20 gr	0.17	0.08	2.84	11.74
Sezoninis vaisius		70	0.29	0.28	9.18	40.62
Mėtų skonio arbata (nesaldinta)	GR6	120				
	Viso:		5.85	6.20	45.46	259.23
	Iš viso dienos davinio:		28.59	33.88	95.35	775.96

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLIARAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė



Patvirtino ugdymo įstaiga:



4 savaitė
Pirmadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Makaronų sriuba su daržovėmis (tausojantis)	S11	150	4.15	5.69	25.14	164.01
Kiaulienos befstrogenas (tausojantis)	17K	120	11.38	22.24	6.59	266.6
Griķiai (tausojantis)	G11	90	5.04	1.24	27.72	139.60
Švieži agurkai ir pomidorai (augalinis)	G8	80	0.7	0.16	2.38	10.60
Stalo vanduo		130				
	Viso:		21.27	29.33	61.83	580.81

Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
5 grūdų dribsnių košė su sviestu (tausojantis)	17K	130	6.19	7.02	32.6	216.08
Trintos braškės	G11B	20 gr	0.17	0.08	2.84	11.74
Sezoninis vaisius		70	0.29	0.28	9.18	40.62
Mėtų skonio arbata (nesaldinta)	GR6	120				
	Viso:		6.65	7.38	44.62	268.44
	Iš viso dienos davinio:		28.59	33.88	95.35	775.96

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLIARAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkiene



Patvirtino ugdymo įstaiga:



4 savaitė
Antradienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Žalių žirnelių sriuba (tausojantis)(augalinis)	S8	150	6.38	5.54	29.59	167.07
Vištienos krūtinėlės lazdelės keptos pečiuje (tausojantis)	7VF	95	17.69	6.45	3.03	139.80
Basmati ryžiai (tausojantis)(augalinis)	G2B	90	3.52	0.16	30.6	142.40
Morkų , salierų ir obuolių salotos (augalinis)	G17	90	1.47	6.12	13.97	121.35
Stalo vanduo		130				
	Viso:		29.06	18.27	77.19	570.62

Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Traškios daržovių lazdelės (tausojantis)	D8TR	140	2.51	5.17	24.2	146.44
Natūralus jogurto padažas	G12JP	25gr	1.43	0.76	1.41	18.33
Sezoninis vaisius		70	0.29	0.28	9.18	40.62
Mėtų skonio arbata (nesaldinta)	GR6	120				
	Viso:		4.23	6.21	34.79	205.39
	Iš viso dienos davinio:		33.29	24.48	111.98	776.01

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLIARAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė



Patvirtino ugdymo įstaiga:



4 savaitė
Trečiadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba (tausojantis)(augalinis)	33	150	1.76	5.15	10.22	88.15
Jautienos maltinukai (tausojantis)	36	95	14.44	12.9	6.03	196.19
Virtos bulvės (tausojantis)(augalinis)	G3	90	1.79	0.09	16.38	72.50
Burokėlių, obuolių ir svogūnų salotos (augalinis)	G9	90	2.44	4.43	17.2	103.16
Stalo vanduo		130				
	Viso:		20.43	22.57	49.83	460.00

Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Lietiniai blynai su pikantišku įdaru	38L	110	16.36	9.25	16.9	202.55
Pomidorų padažas	G12P	20 gr	0.36	0.10	4.96	22.40
Sezoninis vaisius		70	0.29	0.28	9.18	40.62
Juodoji arbata (nesaldinta)	GR6	120				
	Viso:		17.01	9.63	31.04	265.57
	Iš viso dienos davinio:		37.44	32.20	80.87	725.57

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLIARAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

4 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (tausojantis)(augalinis)	S3	150	1.24	5.09	9.14	82.79
Pilno grūdo mėsainis su vištienos kepsneliu(tausojantis)	54PG	147	24.34	12.14	51.31	404.33
Česnakinis padažas	G12M	20	0.44	4.13	1.62	45.63
Pjaustytos daržovės (pekinas , pomidorai, agurkai) (augalinis)	G8S	90	1.06	0.18	3.85	16.1
Stalo vanduo		130				
Viso:			27.08	21.54	65.92	548.85

Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti pikantiški bulvinukai(tausojantis)	80	120	5.03	8.94	20.89	182.03
Grietinė	G19	20 gr	0.48	6.00	0.62	58.60
Sezoninis vaisius		70	0.29	0.28	9.18	40.62
Kinrožių arbata (nesaldinta)	GR6	120				
Viso:			5.80	15.22	30.69	281.25
Iš viso dienos davinio:			32.88	36.76	96.61	830.10

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLIARAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkiene



Patvirtino ugdymo įstaiga:



4 savaitė
Penktadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiņa	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliava- n- den- niai, g	
Špinatų sriuba su perlinėm kruopom (tausojantis)(augalinis)	S19	150	3.45	4.56	23.93	142.21
Kepti varškėtukai (tausojantis)	7VF	150	19.52	15.6	32.38	345.89
Trintos braškės	G11B	20 gr	0.17	0.08	2.84	11.74
Grietinė	G19	20 gr	0.48	6.00	0.62	58.60
Daržovių lazdelės (augalinis)	G7D	80	0.68	0.14	5.45	19.70
Stalo vanduo		130				
	Viso:		24.30	26.38	65.22	578.14

Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiņa	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliava- n- den- niai, g	
Picutė su pieniškam dešrelėm ir mozzarella sūriu	60PP	150	11.05	3.66	39.58	298.51
Sezoninis vaisius		70	0.29	0.28	9.18	40.62
Miško uogų arbata (nesaldinta)	GR5	120				
	Viso:		11.34	3.94	48.76	339.13
	Iš viso dienos davinio:		35.64	30.32	113.98	917.27

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLIARAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė



Patvirtino ugdymo įstaiga:



5 savaitė
Pirmadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Avižinių kruopų sriuba su morkomis (tausojantis)(augalinis)	S9PG	150	23.72	14.11	22.83	81.79
Natūralus kiaulienos kepsnys	10	80	14.95	10.44	2.91	164.05
Makaronai (tausojantis)	G4	90	4.8	0.68	29.2	142.00
Kopūstų, morkų ir petražolių salotos (augalinis)	G27M	90	2.92	5.12	18.13	115.25
Stalo vanduo		130				
Viso:			46.39	30.35	73.07	503.09

Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Grikių košė su sviestu (tausojantis)	20	120	5.11	9.5	27.8	214
Pienas, 3.2%	G1P	100ml	3.3	3.20	4.8	61.00
Sezoninis vaisius		70	0.29	0.28	9.18	40.62
Juodoji arbata (nesaldinta)	GR2	120				
Viso:			8.70	12.98	41.78	315.62
Iš viso dienos davinio:			32.90	34.48	102.91	829.74

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLIARAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė



Patvirtino ugdymo įstaiga:



5 savaitė
Antradienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba(tausojantis)(augalinis)	S4	150	7.45	5.45	25.89	170.05
Kalakutienos ir daržovių troškiny (tausojantis)	40	120	14.17	9.42	2.14	147.07
Ryžiai (tausojantis)	G2	90	3.52	0.16	30.6	142.40
Pekino kopūstų, agurkų ir paprikų salotos (augalinis)	G33P	90	2.39	5.65	12.15	96.70
Stalo vanduo		130				
	Viso:		27.53	20.68	70.78	556.22

Pavakariai, 14.00val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Purūs blynėliai(tausojantis)	22	100	7.51	4.08	30.04	187.5
Trintos braškės	G11B	20g	0.17	0.08	2.84	11.74
Sezoninis vaisius		70	0.29	0.28	9.18	40.62
Žalioji arbata (nesaldinta)	GR3	120				
	Viso:		7.97	4.44	42.06	239.86
	Iš viso dienos davinio:		35.50	25.12	166.13	796.08

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLIARAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

5 savaitė
Trečiadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba su bulvėm ir morkom (tausojantis)	S1	150	1.2	5.12	9.35	83.43
Žemaitiški blynai su mėsa(vištieną)	87	190	12.32	17.42	29.22	305.4
Grietinė	G19	20	0.48	6.00	0.62	58.60
Daržovių lazdelės (augalinis)	G7D	80	0.68	0.14	5.45	19.70
Stalo vanduo		130				
Viso:			14.68	28.68	44.64	467.13

Pavakariai, 14.00val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Makaronai su trintų pomidorų padažu (tausojantis)	28	150	5.39	5.84	33.44	206.87
Fermentinis sūris	G9F	15	3.10	4.20	0.03	50.00
Braškių glotnutis	GR9	110	1.32	0.47	16.67	72.5
Sezoniniai vaisiai		70	0.29	0.28	9.18	40.62
Kinrožių arbata (nesaldinta)	GR4	120				
Viso:			10.10	10.79	59.32	369.99
Iš viso dienos davinio:			24.78	39.47	103.96	837.12

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė



Patvirtino ugdymo įstaiga:



5 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs, 12 val.						
Pateikalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Pateikalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Ryžių sriuba su daržovėm ir morkom (tausojantis)(augalinis)	S16	150	5.16	6.21	40.29	223.18
Vištienos troškiny su daržovėmis (tausojantis)	31	150	11.63	22.57	5.28	264.98
Grikiai (tausojantis)	G19	20	0.48	6.00	0.62	58.60
Burokėlių salotos su obuoliais ir svogūnais (augalinis)	G9	90	2.44	4.43	17.20	103.16
Stalo vanduo		130				
Viso:			19.71	39.21	63.39	649.92

Pavakariai, 15.40 val.						
Pateikalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Pateikalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Belgiškas vafelis (tausojantis)	24V	150	6.49	6.66	31.07	209.13
Trintos braškės	G11B	20 gr	0.17	0.08	2.84	11.74
Grietinė	G19G	20gr	0.48	0.50	0.07	6.02
Sezoniniai vaisiai		70	0.29	0.28	9.18	40.62
Kinrožių arbata (nesaldinta)	GR5	120	0	0	0	0
Viso:			7.43	7.52	43.16	267.51
Iš viso dienos davinio:			27.14	46.73	106.55	917.43

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B. Brovkiene



Patvirtino ugdymo įstaiga:



5 savaitė
Penktadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (tausojantis)(augalinis)	S3	150	1.24	5.09	9.14	82.79
Jūros lydekos kepsnys(tausojantis)	16	90	13.36	10.32	3.95	160.62
Kuskusas (tausojantis)	G14	90	1.91	0.38	15.10	70.60
Švieži agurkai, pomidorai (augalinis)	G8	80	0.70	0.16	2.38	10.60
Stalo vanduo		130	0.00	0.00	0.00	0.00
Viso:			17.21	15.95	30.57	324.61

Pavakariai, 14.00val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai,	Angliavandeniai, g	
Bulvių ir varškės kukuliai (tausojantis)	27	150	6.21	2.84	24.06	154.12
Grietinės ir sviesto padažiukas	11	20	0.31	11.26	0.39	103.7
Sezoniniai vaisiai		70	0.29	0.28	9.18	40.62
Žalioji arbata (nesaldinta)	GR3	120	0	0	0	0
Viso:			6.81	14.38	33.63	298.44
Iš viso dienos davinio:			24.02	30.33	64.20	623.05

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė



Patvirtino ugdymo įstaiga:

