Suderinta:
LSMU gimnazija
Direktorius
Arūnas Bučnys

Tvirtinu:
2026-11-03
UAB "Atata"
Gamybos vadovė
Birutė Brovkienė
2026 11 01

LSMU Gimnazija

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
Pirmadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
1.2.Pilno grūdo kruopų sriuba su daržovėmis (tausojantis),(augalinis)	S9	150	25.03	16.06	54.03	119.19
1.Guliašas (kiaulienos) su rikota, paprikom ir šviežiu rozmarinu (tausojantis)	1GL	130	23.14	23.77	5.73	310.49
2. Ryžių basmati) ir brokolių troškinys su pomidorų gabaliukais ir kapotu baziliku (tausojantis)(augalinis)	40RTB/L	180	3.91	6.57	37.40	252.04
1. Grikiai (tausojantis)	G1	90	5.04	1.24	27.72	139.6
1.2. Kopūstų salotos su morkomis, petražolėmis ir tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	G27M	90	2.56	3.19	16.06	88.14
1.2.Pjaustyti pomidorai (augalinis)	G8ST/L	50	0.50	0.10	2.05	8.50
1.2. Sezoninis vaisius (augalinis)		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2. Stalo vanduo		130				
Viso (1):			**56.56**	**44.64**	**114.77**	**706.54**
Viso (2):			**32.29**	**26.20**	**118.72**	**508.49**

Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Anglia-vandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (pilno grūdo) su sviestu 82% ir uogomis (gervuogės)	25PG/L	200	8.83	10.19	40.14	278.25
Trintos braškės (augalinis)	G11B/L	30	0.26	0.12	3.81	15.84
Mėtų skonio arbata (nesaldinta)	GR6	120				
Viso:			**0.00**	**0.00**	**0.00**	**0.00**
Iš viso dienos davinio (1):			**56.56**	**44.64**	**114.77**	**706.54**
Iš viso dienos davinio (2):			**32.29**	**26.20**	**118.72**	**508.49**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"

Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS Nr.2 UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

LIETUVOS RESPUBLIKA Švietimo ir mokslo ministerijos Direktorius Arūnas Bučas Vilniaus Antano Vienuolio gimnazija

1 savaitė
Antradienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Anglianvandeniai, g	
1.2.Pupelių sriuba (tausojantis),(augalinis)	S2	150	6.6	5.47	23.03	151.82
1. Plovas su vištiena (tausojantis)	11D	200	16.41	10.38	37.09	294.01
2.Lazanija su vištiena, trintais pomidorais ir grietinėlės padažu (tausojantis)	VL22L	220	21.50	29.16	17.50	418.11
1.2.Baltagūžių kopūstų, obuolių, agurkų ir kukurūzų salotos su tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	G31K	90	1.33	3.96	8.01	80.81
1.2.Pjaustytos daržovės (augalinis)	G8S/L	40	0.46	0.11	1.77	7.63
1.2. Sezoninis vaisius (augalinis)		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2. Stalo vaduo		130				
Viso (1):			**25.09**	**20.2**	**79.08**	**574.89**
Viso (2):			**30.18**	**38.98**	**59.49**	**698.99**
Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandenia-i, g	
Mieliniai blynai	84VG	130	6.31	9.21	35.88	234
Grietinė, 30%	G19	20	0.48	6.00	0.62	58.60
Žalioji arbata (nesaldinta)	GR3	120	0	0	0	0
Viso:			**6.79**	**15.21**	**36.5**	**292.60**
Iš viso dienos davinio (1):			**31.88**	**35.41**	**115.58**	**867.49**
Iš viso dienos davinio (2):			**36.97**	**54.19**	**95.99**	**991.59**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS Nr.2 UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorius
Arūnas [illegible]

LIETUVOS Lietuvos sveikatos mokslų universiteto gimnazija RESPUBLIKA

1 savaitė
Trečiadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
1.2.Žirnių sriuba (tausojantis)(augalinis)	S4	150	3.07	5.20	13.18	106.2
1.2. Viso grūdo duona	DVG1	20	0.48	0.50	0.07	48.82
1. Jautienos befstrogenas su šparaginėmis pupelėmis, morkomis ir šviežiu rozmarinu (tausojantis)	70	130	17.13	16.15	2.9	218.88
2. Troškintų kopūstų ir kiaulienos troškinys (tausojantis)	76TKT/ST	180	11.21	12.63	22.79	230.39
1.2. Virtos bulvės (tausojantis)(augalinis)	G3	90	1.79	0.09	16.38	72.50
1.2.Morkų, salierų ir obuolių salotos, ir tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	G17	90	0.17	4.13	13.01	96.91
1.2.Švieži agurkai (augalinis)	G13/L	50	0.40	0.10	1.15	5.50
1.2. Sezoninis vaisius (augalinis)		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2. Stalo vanduo		130				
Viso (1):			**23.33**	**26.45**	**55.87**	**589.43**
Viso (2):			**17.41**	**22.93**	**75.76**	**600.94**

Pavakariai, 15.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės ir ryžių apkepas, (tausojantis)	66	150	14.41	11.16	23.94	257.47
Mandarinų padažas	G11AT	30	0.80	0.06	7.22	30.04
Kinrožių arbata (nesaldinta)	GR4	120				
Viso:			**15.21**	**11.22**	**31.16**	**287.51**
Iš viso dienos davinio (1):			**38.54**	**37.67**	**87.03**	**876.94**
Iš viso dienos davinio (2):			**32.62**	**34.15**	**106.92**	**888.45**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"

Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS Nr.2 UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorius
Arūnas Bučnys

LIETUVOS RESPUBLIKA Lietuvos sveikatos mokslų universiteto gimnazija

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
1.2. Agurkinė perlinių kruopų sriuba (tausojantis), (augalinis)	S6 (S3)	150	2.71	5.41	24.1	150.27
1.2. Viso grūdo duona	DVG1	20	0.48	0.50	0.07	48.82
1. Vištienos šašlykas (tausojantis)	13	90	16.20	5.80	1.68	123.71
2. Bulvinis ragelis su špinatų ir vištienos įdaru (tausojantis)	71BŠ	160	4.94	4.95	28.72	223.28
1. Basmati ryžiai (tausojantis)(augalinis)	G2B	90	3.52	0.16	3.06	142.40
2. Grietinė, 30%	G19	20	0.48	6.00	0.62	58.60
1.2.Kopūstų (baltagūžių), agurkų ir paprikų salotos su tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (augalinis)	G33P	90	2.49	3.46	9.37	80.64
1.2. Morkų šiaudeliai(augalinis)	G15	60	0.60	0.12	5.22	18.60
1.2. Sezoninis vaisius (augalinis)		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2. Stalo vanduo		130				
Viso (1):			**26.29**	**15.73**	**52.68**	**605.06**
Viso (2):			**11.99**	**20.72**	**77.28**	**620.83**

Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai (pilno grūdo) su kietojo sūrio ir veganiško augalinio kremo padažu (tausojantis)	19PG/L	180(130/50)	8.49	11.99	30.61	261.85
Miško uogų skonio arbata (nesaldinta)	GR5	120				
Viso:			8.49	11.99	30.61	261.85
Iš viso dienos davinio (1):			**34.78**	**27.72**	**83.29**	**866.91**
Iš viso dienos davinio (2):			**20.48**	**32.71**	**107.89**	**882.68**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS Nr.2 UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

LIETUVOS RESPUBLIKA Sveikatos [illegible] universiteto gimnazija Direktorius Arūnas [illegible]

1 savaitė
Penktadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
1.2. Daržovių sriuba su žirneliais (tausojantis),(augalinis)	S1K	150	1.79	5.27	13.00	98.75
1.2. Viso grūdo duona	DVG1	20	1	0.24	10.04	48.8
1. Troškinta menkė (tausojantis)	15	90	15.77	6.77	1.87	135.79
2. Lęšių troškinys su brokoliais, vištiena, veganišku augaliniu kremu ir maskarpone 40% (tausojantis)	40TL/L	180	21.42	14.42	21.88	315.43
1.2.Kuskusas su keptom morkom (tausojantis)(augalinis)	G48	90	12.27	3.09	18.46	201.4
1.2. Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos (augalinis)	G31K	90	0.99	2.15	5.61	50.72
1.2 Pjaustyti pomidorai	G8ST/L	60	0.50	0.10	2.05	8.50
1.2. Sezoninis vaisius		70	0.29	2.05	9.18	40.62
1.2.Stalo vanduo		130				
Viso (1):			**32.61**	**19.67**	**60.21**	**584.58**
Viso (2):			38.26	27.32	80.22	764.22
Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška kukurūzų košė su sviestu ir šilauogėm (tausojantis)	50	200	7.74	7.75	47.19	282.65
Mėtų skonio arbata (nesaldinta)	GR6	120				
Viso:			**7.74**	**7.75**	**47.19**	**282.65**
Iš viso dienos davinio (1):			**40.35**	**27.42**	**107.40**	**867.23**
Iš viso dienos davinio (2):			**46.00**	**35.07**	**127.41**	**1046.87**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS Nr.2 UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

LIETUVOS RESPUBLIKA Lietuvos sveikatos mokslų universiteto gimnazija

Direktorius
Arūnas Bučnys

2 savaitė
Pirmadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Energet. vertė, kcal
1.2. Makaronų ir daržovių sriuba (tausojanti)(augalinė)	S11	150	2.05	5.39	12.34	101.81
1.2. Viso grūdo duona	DVG1	20	1	0.24	10.04	48.8
1. Vištienos piršteliai (tausojantis)	7	105	15.64	5.79	11.39	158.29
2. Makaronų apkepas su vištiena, daržovėmis ir kietuoju sūriu (tausojantis)(augalinis)	28M/L	180	18.11	13.38	43.67	352.87
1. Basmati ryžiai (tausojantis)(augalinis)	G2B	90	3.52	0.16	3.06	142.40
1.2.Pekino kopūstų, morkų ir pomidorų salotos su tyru alyvuogių aliejumis (augalinis)	G31K	90	1.13	3.87	7.71	66.6
1.2. Švieži agurkai (augalinis)	G13/L	50	0.40	0.1	1.15	5.5
1.2. Sezoninis vaisius (augalinis)		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2. Stalo vanduo		130				
Viso (1):			**24.03**	**15.83**	**54.87**	**564.02**
Viso (2):			22.98	23.26	84.09	616.20
Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Energet. vertė, kcal
Virti varškėtukai (tausojantis)	24VV	150	15.78	8.18	27.51	242.15
Gietinėlės 25% ir sviesto 82% ir padažas	G11SV	30	0.66	11.08	0.91	110.6
Miško uogų skonio arbata (nesaldinta)	GR5	120				
Viso:			**16.44**	**19.26**	**28.42**	**352.75**
Iš viso dienos davinio (1):			**40.47**	**35.09**	**83.29**	**916.77**
Iš viso dienos davinio (2):			**39.42**	**42.52**	**112.51**	**968.95**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS Nr.2 UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorius
Arūnas Bučnys

LIETUVOS RESPUBLIKA Lietuvos sveikatos mokslų universiteto gimnazija

2 savaitė
Antradienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
1.2. Pupelių sriuba (tausojantis)(augalinis)	S2	150	6.6	5.47	23.03	151.82
1. Kiaulienos maltinukai, troškinti konvekciniame pečiuje (tausojantis)	8/L	90	10.55	19.12	4.12	254.15
2. Žiedinių kopūstų, morkų ir cukinijų troškinys su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)(augalinis)	31ŽKT/L	180	10.19	6.72	20.53	263.02
1.2. Grikiai (tausojantis)	G1	90	5.04	1.24	27.72	139.6
1.2. Kopūstų ir morkų salotos su petražolėmis ir tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	G27KM	90	2.56	3.19	16.06	88.14
1.2. Pjaustyti pomidorai	G8ST/L	50	5.00	0.10	20.5	8.50
1.2. Sezoninis vaisius (augalinsi)		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2. Stalo vanduo		130				
Viso (1):			**30.04**	**29.40**	**100.61**	**682.83**
Viso (2):			**29.68**	**17.00**	**117.02**	**691.70**

Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių košė su sviestu 82 % (tausojantis)	58	200	7.73	7.54	44.09	280.15
Braškių glotnutis	GR9	110	1.12	0.94	14.77	74.50
Žalioji arbata (nesaldinta)	GR3	120				
Viso:			**8.85**	**8.48**	**58.86**	**354.65**
Iš viso dienos davinio (1):			**38.89**	**37.88**	**159.47**	**1037.48**
Iš viso dienos davinio (2):			**38.53**	**25.48**	**175.88**	**1046.35**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS Nr.2 UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorius
Arūnas Bučnys

LIETUVOS Lietuvos sveikatos m. kslų universiteto gimnazija RESPUBLIKA

2 savaitė
Trečiadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Anglia-vande-niai, g	
1.2. Bulvienė su miežinėm kruopom (tausojantis)(augalinis)	S12	150	3.24	4.37	17.42	95.72
1. Pilno grūdo mėsainis su vištienos krūtinėlės kepsneliu ir marinuotais agurkėliais	54PG	150	20.95	9.67	37.37	310.61
2. Žuvies (lydeka) kukulis keptas konvekciniame pečiuje (tausojantis)	2MŽ	90	17.15	8.83	2.75	166.87
2. Kuskusas su keptom morkomis (tausojantis)	G48	90	12.27	3.09	18.46	201.4
1. Česnakinis padažas	G12M	20	0.44	4.13	1.62	45.63
1.2. Pjaustytos daržovės (pekinas , pomidorai, agurkai)	G8S	90	1.06	0.18	3.85	16.1
1.2. Daržovių salotos su brokoliais ir tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	G36D/TA	60	1.41	2.98	4.82	46.81
1.2. Sezoninis vaisius (augalinis)		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2. Stalo vanduo		130				
Viso (1):			**27.39**	**21.61**	**74.26**	**555.49**
Viso (2):			35.42	19.73	56.48	567.52
Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliava ndeniai, g	
Sklindžiai su rikota	49 VG	120	8.51	10.14	35.45	240.77
Mandarinų padažas	G11AT	30	0.84	0.06	7.22	30.40
Kinrožių arbata (nesaldinta)	GR4					
Viso:			**9.35**	**10.20**	**42.67**	**271.17**
Iš viso dienos davinio (1):			**36.74**	**31.81**	**116.93**	**826.66**
Iš viso dienos davinio (2):			**44.77**	**29.93**	**99.15**	**838.69**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS Nr.2 UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Lietuvos sveikatos mokslų universiteto gimnazija

Direktorius
Arūnas Bučys

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
1.2. Burokėlių sriuba (tausojantis),(augalinis)	S3	150	1.4	1.21	10.22	52.22
1.2. Viso grūdo duona	DVG1	20	0.48	0.5	0.07	48.82
1. Kapotos kalakutienos krūtinėlės kepsnelis	61	90	17.1	8.51	13.02	198.68
2. Bulvių ir daržovių apkepas su veganišku kremu ir kietuoju sūriu (tausojantis)	31BA/L	180	11.07	16.73	25.84	297.18
1.Makaronai (pilno grūdo) (tausojantis)	G4	90	5.16	0.92	28.64	143.60
1.2. Spalvotos kopūstų salotos su tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	G27SK	90	4.04	3.33	19.03	106.64
1.2. Morkų šiaudeliai (augalinis)	G15	60	0.60	0.12	5.22	18.60
1.2.Sezoninis vaisius (augalinis)		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2. Stalo vanduo		130				
Viso (1):			**29.07**	**14.87**	**85.38**	**609.18**
Viso (2):			**17.88**	**22.17**	**69.56**	**564.08**
Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižų (pilno grūdo)kruopų košė su chia sėklom, kokosų drožlėm ir sviestu 82% (tausojanti)	50PGrA	200	10.21	8.36	39.55	260.42
Kinrožių arbata (nesaldinta)	Gr4	120				
Viso:			**10.21**	**8.36**	**39.55**	**260.42**
Iš viso dienos davinio (1):			**39.28**	**23.23**	**124.93**	**869.60**
Iš viso dienos davinio (2):			**28.09**	**30.53**	**109.11**	**824.50**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS Nr.2 UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorius
Arūnas Bučys

LIETUVOS Lietuvos sveikatos mokslų universiteto gimnazija RESPUBLIKA

2 savaitė
Penktadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
1.2. Avinžirnių sriuba (tausojantis)(augalinis)	S35A	150	2.65	5.3	9.5	102.39
1.2. Viso grūdo duona	DVG1	20	0.48	0.5	0.07	48.82
1. Lašišos kepsnys (tausojantis)	53	90	17.09	14.78	0.34	205.85
2. Žemaitiški blynai su mėsa (vištiena)	87	190	11.45	9.34	32.71	248.11
1.Bulguras (tausojantis)	G2B/L	90	5.20	0.80	27.20	144.00
2. Grietinė, 30%	G19	20	0.31	11.26	0.39	103.7
1.2. Kopūstų (baltagūžių), agurkų ir paprikų salotos su tyru alyvuogių aliejumi ir citrinos sultimis(augalinis)	G33 P	90	2.49	3.46	9.37	80.64
1.2. Daržovių lazdelės (augalinis)	G7D/L	45	0.36	0.08	2.43	9.09
1.2. Sezoninis vaisius (augalinis)		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2. Stalo vanduo		130				
Viso (1):			**28.56**	**25.20**	**58.09**	**631.41**
Viso (2):			**18.03**	**30.22**	**63.65**	**633.37**
Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Belgiškas vaflis	33 PG	95	6.25	6.73	32.76	210.43
Trintos braškės (augalinis)	G11B/L	30	0.26	0.12	3.81	15.84
Grietinėlė, 25%	G19G	20	0.48	6	0.62	58.6
Mėtų skonio arbata (nesaldinta)	GR6	120				
Viso:			**6.99**	**12.85**	**37.19**	**284.87**
Iš viso dienos davinio (1):			**35.55**	**38.05**	**95.28**	**916.28**
Iš viso dienos davinio (2):			**25.02**	**43.07**	**100.84**	**918.24**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS Nr.2 UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorius
Arūnas Bučys

LIETUVOS RESPUBLIKA Lietuvos sveikatos mokslų universiteto gimnazija

3 savaitė
Pirmadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
1.2. Ryžių sriuba su daržovėmis (tausojantis)(augalinis)	S16	150	2.52	6.09	17.29	116.38
1.2. Viso grūdo duona	DVG1	20	0.48	0.5	0.07	48.82
1. Maltos jautienos troškinys su trintais pomidorais ir kapotais bazilikais ir kietuoju sūriu ValioForte Clasico (tasojantis)	35	110	8.82	15.19	5.91	193.92
2.Jūros lydekos kepsnys	16	90	13.36	10.32	3.95	160.62
1.2. Makaronai (pilno grūdo) (tausojantis)	G4	90	5.16	0.92	28.64	143.60
1.2.Daržovių salotos su tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	G36D	90	2.19	4.94	7.88	76.4
1.2. Pjaustyti ppmidorai (augalinis)	G8ST/L	50	0.50	0.10	2.05	8.50
1.2. Sezoninis vaisius (augalinis)		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2. Stalo vanduo		130				
Viso (1):			**19.96**	**28.02**	**71.02**	**628.24**
Viso (2):			24.50	23.15	69.06	594.94

Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška kukurūzų kruopų košė su sviestu ir šilauogėm (tausojantis)	50	200	7.74	7.75	47.19	282.65
Trintos braškės (augalinis)	G11B/L	30	0.26	0.12	3.81	15.84
Mėtų skonio arbata (nesaldinta)						
Viso:			**8.00**	**7.87**	**51.00**	**298.49**
Iš viso dienos davinio (1):			**27.96**	**35.89**	**122.02**	**926.73**
Iš viso dienos davinio (2):			**32.50**	**31.02**	**120.06**	**893.43**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS Nr.2 UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorius
Arūnas Bučnys

VIRTUVĖS Lietuvos sveikatos mokslų universiteto gimnazija RESPUBLIKA

3 savaitė
Antradienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
1.2. Šparaginių pupelių sriuba (tausojantis)(augalinis)	S13	150	2.83	5.37	8.13	78.8
1.2. Viso grūdo duona	DVG1	20	0.48	0.5	0.07	48.82
1. Vištienos krūtinėlės kepsnys	4/L	90	19.01	6.61	3.14	146.63
2. Ryžių plovas su brokoliais, morkomis, salierais ir grietinėle 25% (tausojantis)	40RTB/ST	180	3.81	11.61	34.76	239.63
1. Grikiai (tausojantis)	G1	90	5.04	1.24	27.72	139.6
1.2. Morkų, salierų ir obuolių salotos su tyru alyvuogių aliejumi ir citrinų sultimis(augalinis)	G17/ST	90	0.19	4.16	13.61	96.66
1.2. Švieži agurkai (augalinis)	G13/L	50	0.40	0.10	1.15	5.50
1.2. Sezoniniai vaisiai(augalinis)		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2. Stalo vanduo		130				
Viso (1):			**28.24**	**18.26**	**63.00**	**556.63**
Viso (2):			8.00	22.02	66.90	510.03

Pavakariai, 15.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai (pilno grūdo) su kieto sūrio ir veganiško augalinio kremo padažu (tausojantis)	19PG/L	180(130/50)	8.49	11.19	30.61	261.85
Žalioji arbata (nesaldinta)	GR3	120				
Viso:			**8.49**	**11.19**	**30.61**	**247.40**
Iš viso dienos davinio (1):			**36.73**	**29.45**	**93.61**	**804.03**
Iš viso dienos davinio (2):			**16.49**	**33.21**	**97.51**	**757.43**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS Nr.2 UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

LIETUVOS Lietuvos sveikatos mokslų universiteto gimnazija RESPUBLIKA

Direktorius
Arūnas Bučkys

3 savaitė
Trečiadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
1.2. Perlinių kruopų sriuba su morkomis ir brokoliais (tausojantis,(augalinis)	S8	150	3.41	2.62	26.72	136.41
1.2. Viso grūdo duona	DVG1	20	0.48	0.5	0.07	48.82
1. Kiaulienos troškinys su žiediniais kopūstais, morkomis ir prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	76/L	120	16.18	24.89	15.95	290.70
2.Lazanija su vištiena, trintais pomidorais ir grietinėlės padažu (tausojantis)	VL 22L	220	21.5	29.16	17.5	418.11
1. Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	G3	90	1.79	0.09	16.38	72.50
1.2. Pekino kopūstų, morkų ir pomidorų salotos su tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	G31KM	90	1.13	3.87	7.71	66.6
1.2. Sezoninis vaisius(augalinis)		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2. Stalo vanduo		130				
Viso (1):			**23.28**	**32.25**	**76.01**	**655.65**
Viso (2):			**26.81**	**36.43**	**61.18**	**710.56**
Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (pilno grūdo) su sviestu 82% ir uogomis(gervuogės) (tausojantis)	25PG/L	200	8.83	10.19	40.14	278.25
Kinrožių arbata (nesaldinta)	Gr4	120				
Viso:			**8.83**	**10.19**	**40.14**	**278.25**
Iš viso dienos davinio (1):			**32.11**	**42.44**	**116.15**	**933.90**
Iš viso dienos davinio (2):			**35.64**	**46.62**	**101.32**	**988.81**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorius
Arūnas Bučys

LIETUVOS RESPUBLIKA Lietuvos sveikatos mokslų universiteto gimnazija

3 savaitė

Ketvirtadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
1.2. Kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis)(augalinis)	S1	150	1.2	5.12	9.35	83.43
1.2. Viso grūdo duona	DVG1	20	0.48	0.5	0.07	48.82
1. Vištienos maltinukas keptas kovekciniame pečiuje (tausojantis)	3	100	13.73	8.46	6.31	170.77
2. Varškės apkepas (tausojantis)	30	150	18.7	16.06	15.84	283.72
1. Basmati ryžiai (tausojantis)(augalinis)	G2B	90	3.52	0.16	3.06	142.40
2. Trintos braškės	G11B/L	30	0.26	0.12	3.81	15.84
2. Grietinė, 30%	G19	20	0.48	6.00	0.62	58.6
1.2.Burokėlių ir obuolių salotos su tyru alyvuogių aliejumi ir citrinos sultimis (augalinis)	G9/L	90	1.16	2.95	9.38	70.95
1.2. Pjaustytos daržovės (augalinis)	G8S/L	40	0.46	0.11	1.77	7.63
1.2. Sezoninis vaisius(augalinis)		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2. Stalo vanduo		130				
Viso (1):			**20.84**	**17.58**	**39.12**	**564.62**
Viso (2):			**23.03**	**31.14**	**50.02**	**609.61**

Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virtų bulvių cepelinai su vištieno šlaunelių mėsos įdaru (tausojantis)	85V/L	140	7.74	4.65	23.95	159.4
Grietinės 30% ir sviesto (82%) padažas	G11	20	0.31	11.26	0.39	103.70
Miško uogų skonio arbata (nesaldinta)	GR5	120				
Viso:			**8.05**	**15.91**	**24.34**	**263.10**
Iš viso dienos davinio (1):			**28.89**	**33.49**	**63.46**	**827.72**
Iš viso dienos davinio (2):			**31.08**	**47.05**	**74.36**	**872.71**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"

Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS Nr.2 UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

LIETUVOS RESPUBLIKA Lietuvos sveikatos mokslų universiteto gimnazija

Direktorius Arūnas Bučys

3 savaitė
Penktadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Energet. vertė, kcal
1.2.Rūgštynių sriuba su morkomis (tausojantis),(augalinis)	14	150	2.06	5.98	12.98	100.08
1.2. Viso grūdo duona	DVG1	20	1.00	0.24	10.04	48.80
1. Plovas su kiauliena (tausojantis)	5	180	5.37	25.84	32.13	396.59
2. Avinžirnių, paprikų, morkų ir cukinijų troškinys (tausojantis) (augalinis)	33ŽKT/1	180	13.97	10.12	42.45	318.2
2. Kuskusas (tausojantis)	K11	90	1.2	0.19	0.23	35.4
1.2. Kopūstų, morkų ir petražolių slotos su tyru alyvuogių aliejum ir citrinos sultimis (augalinis)	G27KM	90	2.56	3.19	16.06	88.14
1.2. Morkų šiaudeliai (augalinis)	G15	60	0.6	0.12	5.22	18.60
1.2. Sezoninis vaisius(augalinis)		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2.Stalo vanduo		130				
Viso (1):			**11.88**	**35.65**	**85.61**	**692.83**
Viso (2):			21.68	20.12	96.16	649.84

Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Energet. vertė, kcal
Purūs blyneliai	23BLB	130	9.35	3.65	52.58	271.21
Trintos braškės (augalinis)	G11B/L	30	0.26	0.12	3.81	15.84
Mėtų skonio arbata (nesaldinta)	GR6	120				
Viso:			**9.61**	**3.77**	**56.39**	**287.05**
Iš viso dienos davinio (1):			**21.49**	**39.42**	**142.00**	**979.88**
Iš viso dienos davinio (2):			**31.29**	**23.89**	**152.55**	**936.89**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLIARAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS Nr.2 UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorius
Arūnas Bučnys

LIETUVOS RESPUBLIKA Lietuvos sveikatos mokslų universiteto gimnazija

4 savaitė
Pirmadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g. Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Energet. vertė, kcal
1.2. Makaronų sriuba su daržovėmis (tausojantis) (augalinis)	S11	150	2.05	5.39	12.34	101.81
1.2. Viso grūdo duona	DVG1	20	1.00	0.24	10.04	48.80
1. Kalakutienos ir daržovių troškinys (tausojantis)	40KTR	130	14.17	9.42	2.14	147.07
2. Lęšių troškinys su brokoliais, vištiena, veganišku augaliniu kremu ir maskarpone 40% (tausojantis)	40TL/L	180	21.42	14.42	21.88	315.43
1.2. Grikiai (tausojantis)	G1	90	5.04	1.24	27.72	139.6
1.2. Švieži agurkai ir pomidorai (augalinis)	G8	80	0.7	0.16	2.38	10.60
1.2. Kopūstų, morkų ir paprikų salotos su tyru alyvuogių aliejumi ir citrinos sultimis (augalinis)	G27	90	3.86	3.69	24.66	125.04
1.2. Sezoninis vaisius(augalinis)		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2. Stalo vanduo		130				
Viso (1):			**27.11**	**20.42**	**88.46**	**613.54**
Viso (2):			34.36	25.42	108.20	781.90

Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g. Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Energet. vertė, kcal
5 grūdų dribsnių košė su sviestu 82% (tausojantis)	17K	200	7.08	7.27	38.4	245.04
Trintos braškės	G11B	20	0.17	0.08	2.84	11.74
Mėtų skonio arbata (nesaldinta)	GR6	120				
Viso:			**7.25**	**7.35**	**41.24**	**256.78**
Iš viso dienos davinio (1):			**34.36**	**27.77**	**129.70**	**870.32**
Iš viso dienos davinio (2):			**41.61**	**32.77**	**149.44**	**1038.68**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLIARAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS Nr.2 UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorius
Arūnas Bučys

LIETUVOS RESPUBLIKA Lietuvos sveikatos mokslų universiteto gimnazija

4 savaitė
Antradienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
1.2. Žirnių sriuba(tausojantis)(augalinis)	S4	150	3.07	5.20	13.18	106.20
1.2. Viso grūdo duona	DVG1	20	0.48	0.5	0.07	48.82
1. Vištienos krūtinėlės lazdelės keptos pečiuje (tausojantis)	7VF	100	20.79	5.00	18.11	152.42
2. Žuvies (lydeka) kukulis keptas konvekciniame pečiuje (tausojantis)	2MŽ	90	17.07	7.97	2.65	158.87
1.2. Basmati ryžiai (tausojantis)(augalinis)	G2B	90	3.52	0.16	3.06	142.40
1.2. Burokėlių ir obuolių salotos su tyru alyvuogių aliejumi ir citrinos sultimis (augalinis)	G9	90	1.16	2.95	9.38	70.95
1.2. Švieži agurkai (augalinis)	G13/L	50	0.40	0.10	1.15	5.50
1.2. Sezoninis vaisius		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2. Stalo vanduo		130				
Viso (1):			**29.31**	**14.09**	**52.98**	**561.41**
Viso (2):			**25.59**	**17.06**	**37.52**	**567.86**
Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai (pilno grūdo) su trintų pomidorų padažu ir kapotais bazilikais (tausojantis)	28	70(120/50	8.34	5.19	51.6	285.13
Mėtų skonio arbata (nesaldinta)	GR6	120				
Viso:			**8.34**	**5.19**	**51.60**	**285.13**
Iš viso dienos davinio (1):			**37.65**	**19.28**	**104.58**	**846.54**
Iš viso dienos davinio (2):			**33.93**	**22.25**	**89.12**	**852.99**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLIARAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS Nr. UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorius
Arūnas Bučinys

LIETUVOS RESPUBLIKA Lietuvos sveikatos mokslų universiteto gimnazija

4 savaitė
Trečiadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
1.2. Trinta daržovių sriuba (tausojantis)(augalinis)	33	150	1.95	8.30	8.99	113.01
1.2. Viso grūdo duona	DVG1	20	1.00	0.24	10.04	48.80
1. Jautienos ir kiaulienos maltinukas (tausojantis)	88	100	12.69	26.58	5.52	298.27
2. Bulvių plokštainis su moliūgais	85c/L	180	5.27	4.93	26.37	164.54
1. Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	G3	90	1.79	0.09	16.38	72.50
2. Natūralus jogurto padažas	G12JP	30	1.57	0.85	1.53	20.64
1.2. Pekino kopūstų, morkų ir pomidorų salotos su tyru alyvuogių aliejumi ir citrinos sultimis (augalinis)	G31KM	90	1.13	3.87	7.71	66.60
1.2. Pjaustyti pomidorai (augalinis)	G8ST/L	50	0.5	0.1	2.05	8.50
1.2. Sezoninis vaisius (augalinis)		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2. Stalo vanduo		130				
Viso (1):			**19.35**	**39.46**	**59.87**	**648.30**
Viso (2):			**11.71**	**18.57**	**65.87**	**462.71**
Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių košė su sviestu (tausojantis)	20	180 (176/4)	6.96	5.01	38.15	221.71
Pienas, 3.2%	G1P	100	3.3	3.20	4.8	61.00
Stalo vanduo		130				
Viso:			**10.26**	**8.21**	**42.95**	**282.71**
Iš viso dienos davinio (1):			**29.61**	**47.67**	**102.82**	**931.01**
Iš viso dienos davinio (2):			**21.97**	**26.78**	**108.82**	**745.42**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLIARAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS Nr.2 UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorius
Arūnas Bučnys

LIETUVOS RESPUBLIKA Lietuvos sveikatos mokslų universiteto gimnazija

4 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
1.2. Špinatų sriuba su perlinėm kruopom (tausojantis)(augalinis)	S19	150	3.45	4.56	23.93	142.21
1.2. Viso grūdo duona	DVG1	20	1.00	0.24	10.04	48.80
1. Pilno grūdo mėsainis su vištienos kepsneliu(tausojantis)	54PG	150	20.95	9.67	37.37	310.61
2. Varškės apkepas (tausojantis)	30	150	18,7	16.06	15.84	283.72
1. Česnakinis padažas	G12M	20	0.44	4.13	1.62	45.63
2. Grietinė, 30%	G19	20	0.48	6.00	0.62	58.60
2. Aviečių ir bananų padažas (augalinis)	G11AT	30	0.42	0.12	7.86	27.59
1.2.Spalvotos kopūstų salotos su tyru alyvuogių aliejumi ir citrinos sultimis (augalinis)	G27SK	90	4.04	3.33	19.03	106.64
1.2. Pjaustytos daržovės (pekinas , pomidorai, agurkai) (augalinis)	G8S/L	40	0.46	0.11	1.77	7.63
1.2. Sezoninis vaisius(augalinis)		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2. Stalo vanduo		130				
Viso (1):			**30.63**	**22.32**	**102.94**	**702.14**
Viso (2):			10.14	30.70	88.27	715.81

Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti pikantiški bulvinukai su kietuoju sūriu ir smulkintais žalumynais (tausojantis)	80/LM	130	3.39	7.77	22.8	172.5
Baltas padažas	G11BG	20	0.55	3.24	1.99	44.09
Žalioji arbata (nesaldinta)	GR3	120				
Viso:			**3.94**	**11.01**	**24.79**	**216.59**
Iš viso dienos davinio (1):			**34.57**	**33.33**	**127.73**	**918.73**
Iš viso dienos davinio (2):			**14.08**	**41.71**	**113.06**	**932.40**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLIARAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS Nr.2 UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorius
Arūnas Bučys

LIETUVOS RESPUBLIKA Lietuvos sveikatos mokslų universiteto gimnazija

4 savaitė
Penktadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
1.2. Burokėlių sriuba (tausojantis)(augalinis)	S3	150	1.40	1.21	10.22	52.12
1.2. Viso grūdo duona	DVG1	20	1.00	0.24	10.04	48.80
1. Maltos kiaulienos troškinys su trintų pomidorų padažu ir kapotais šviežiais bazilikais (tausojantis)	1/LM	100	8.76	14.52	3.93	178.44
2. Bulguro kruopų troškinys su paprikom, morkom, moliūgais ir šviežiais rozmarinais(tausojantis)(augalinis)	40MT/L	180	3.58	3.26	34.55	211.63
1.2. Makaronai (pilno grūdo) (tausojantis)	G4	90	5.16	0.92	28.64	143.60
2. Grietinė, 30%	G19	20	0.48	6.00	0.62	58.60
1.2. Morkų, salierų ir apelsinų salotos su tyru alyvuogių aliejumi ir citrinos sultimis (augalinis)	G44/L	90	0.19	3.87	13.61	96.62
1.2. Daržovių lazdelės (augalinis)	G7D/L	45	0.36	0.08	2.43	9.09
1.2. Sezoninis vaisius(augalinis)		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2. Stalo vanduo		130				
Viso (1):			**17.16**	**21.12**	**78.05**	**569.29**
Viso (2):			11.98	9.86	108.67	602.48
Pavakariai, 15.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lietiniai blynai su pilno grūdo miltais ir varškės įdaru	18 PG	110	8.25	9.42	21.14	210.15
Grietinė, 30%	G19	20	0.48	6.00	0.62	58.6
Mėtų skonio arbata	GR6	120				
Viso:			**8.73**	**15.42**	**21.76**	**268.75**
Iš viso dienos davinio (1):			**25.89**	**36.54**	**99.81**	**838.04**
Iš viso dienos davinio (2):			**20.71**	**25.28**	**130.43**	**871.23**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLIARAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS Nr.2 UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorius
Arūnas Bučnys

LIETUVOS RESPUBLIKA Lietuvos sveikatos mokslų universiteto gimnazija

5 savaitė
Pirmadienis

Pietūs, 12 val.						
			Patiekalo maistinė vertė, g.			
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Energet. vertė, kcal
1.2. Ryžių sriuba su daržovėmis (tausojantis)(augalinis)	S16	150	2.52	6.09	17.29	116.38
1.2. Viso grūdo duona	DVG1	20	1.00	0.24	10.04	48.80
1. Vištienos piršteliai	7	105	15.64	5.79	11.39	158.29
2. Jūros lydekos kepsnys(tausojantis)	16	90	13.36	10.32	3.95	160.62
1.2. Basmati ryžiai (tausojantis)	G2B	90	3.52	0.16	30.6	142.40
1.2. Morkų, salierų ir obuolių salotos su tyru alyvuogių aliejumi ir citrinos sultimis (augalinis)	G17/ST	90	0.19	4.16	13.61	96.66
1.2. Švieži agurkai (augalinis)	G13/L	50	0.4	0.1	1.15	5.50
1.2.Sezoniniai vaisiai (augalinis)		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2. Stalo vanduo		130				
Viso (1):			**23.56**	**16.82**	**93.26**	**608.65**
Viso (2):			21.28	21.35	85.82	610.98

Pavakariai, 15.30val.						
			Patiekalo maistinė vertė, g.			
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Baltymai, g	Riebalai, g	Angliav ande-niai, g	Energet. vertė, kcal
Avižų (pilno grūdo) kruopų košė su chia sėklom, kokosų drožlėm ir sviestu 82% (tausojantis)	50PGrA	200	10.21	8.36	39.55	260.42
Kinrožių arbata	Gr4	120				
Viso:			**10.21**	**8.36**	**39.55**	**260.42**
Iš viso dienos davinio (1):			**33.77**	**25.18**	**132.81**	**869.07**
Iš viso dienos davinio (2):			**31.49**	**29.71**	**125.37**	**871.40**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLIARAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS Nr.2 UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorius
Arūnas Bučnys

LIETUVOS RESPUBLIKA Lietuvos sveikatos mokslų universiteto gimnazija

5 savaitė
Antradienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g. Baltymai, g	Riebalai, g	Anglia-vandeniai, g	Energet. vertė, kcal
1.2. Šparaginių pupelių sriuba(tausojantis)(augalinis)	S13	150	2.83	5.37	8.13	78.80
1. Kiaulienos maltinukai,troškinti konvekciniame pečiuje (tausojantis) (tausojantis)	8/L	90	10.55	19.12	4.12	254.15
2. Žiedinių kopūstų, morkų ir cukinjų troškinys su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)(augalinis)	31ŽKT/L	180	10.19	6.72	20.53	263.02
1.2. Grikiai (tausojantis)	G1	90	5.04	1.24	27.72	139.60
1.2. Burokėlių ir obuolių salotossu tyru alyvuogių aliejumi ir citrinos sultimis(augalinis)	G9/L	90	9.38	2.95	9.38	70.95
1.2. Pjautyti pomidorai (augalinis)	G8ST/L	50	5	0.1	20.5	8.50
1.2.Sezoniniai vaisiai (augalinis)		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2.Stalo vanduo		130				
Viso (1):			**33.09**	**29.06**	**79.03**	**592.62**
Viso (2):			32.73	16.66	95.44	601.49

Pavakariai, 14.00val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g. Baltymai,	Riebalai, g	Angliavand e-niai, g	Energet. vertė, kcal
Virti varškėtukai (tausojantis)	24VV	150	15.78	8.18	27.51	242.15
Grietinėlės 25% ir sviesto 82% padažas		30	0.66	11.08	391	110.60
Žalioji arbata (nesaldinta)	GR3	120				
Viso:			**16.44**	**19.26**	**418.51**	**352.75**
Iš viso dienos davinio (1):			**49.53**	**48.32**	**497.54**	**945.37**
Iš viso dienos davinio (2):			**49.17**	**35.92**	**513.95**	**954.24**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLIARAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS Nr. UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorius
Arūnas Bučnys

LIETUVOS Lietuvos sveikatos mokslų universiteto gimnazija RESPUBLIKA

5 savaitė
Trečiadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
1.2. Perlinių kruopų sriuba su morkomis ir brokoliais(tausojantis) (augalinis)	S8	150	3.41	2.62	26.72	136.41
1.2. Viso grūdo duona	DVG1	20.00	1.00	0.24	10.04	48.80
1. Pilno grūdo mėsainis su vištienos krūtinėlės kepsneliu	54G	150	20.95	9.67	37.37	310.61
1. Česnakinis padažas	G12M	20	0.44	4.13	1.62	45.63
2. Varškės apkepas (tausojantis)	30	150	18.70	16.06	15.84	283.72
2. Grietinė, 30%	G19	20	0.48	6.00	0.62	58.60
2. Trintos braškės	G11B/L	30	0.26	0.12	3.81	15.84
1.2. Pjaustytos daržovės (augalinis)	G8S/L	40	0.46	0.11	1.77	7.63
1.2. Morkų šiaudeliai (augalinis)	G15	60	0.60	0.12	5.22	18.60
1.2.Sezoniniai vaisiai (augalinis)		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2. Stalo vanduo		130				
Viso (1):			**27.15**	**17.17**	**91.92**	**608.30**
Viso (2):			25.20	25.55	73.20	610.22

Pavakariai, 14.00val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai (pilno grūdo) su kieto sūrio ir veganiško augalinio kremo padažu(tausojantis)	19PG/L	180(130/50)	8.49	11.19	30.61	261.85
Žalioji arbata (nesaldinta)	GR3	120				
Viso:			**8.49**	**11.19**	**30.61**	**261.85**
Iš viso dienos davinio (1):			**35.64**	**28.36**	**122.53**	**870.15**
Iš viso dienos davinio (2):			**33.69**	**36.74**	**103.81**	**872.07**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS Nr.2 UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorius
Arūnas Bučnys

ŠVIETIMO Lietuvos sveikatos mokslų universiteto gimnazija RESPUBLIKA

5 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
1.2. Burokėlių sriuba (tausojantis)(augalinis)	S3	150	1.40	1.21	10.22	52.12
1.2. Viso grūdo duona	DVG1	20.00	1.00	0.24	10.04	48.80
2. Maltos jautienos troškinys su trintais pomidorais, kapotais bazilikais ir kietuoju sūriu Valio forte Clasico (tausojantis)	35	110	8.82	15.19	5.91	193.92
2. Lęšių troškinys su brokoliais, vištiena, veganišku augaliniu kremu ir maskarpone 40%(tausojantis)(augalinis)	40TĮL/L	180	21.42	14.42	21.88	315.43
1.2. Makaronai (pilno grūdo) (tausojantis)	G4	90	5.16	0.92	28.64	143.40
1.2. Daržovių salotos su brokoliais ir tyru alyvuogių aliejumis(augalinis)	G36D/TA	60	1.41	2.98	4.82	46.81
1.2. Pjaustyti pomidorai (augalinis)	G8ST/L	50	5.00	0.10	20.50	8.50
1.2.Sezoniniai vaisiai (augalinis)		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2. Stalo vanduo		130				
Viso (1):			**23.08**	**20.92**	**89.31**	**534.17**
Viso (2):			35.68	20.15	105.28	655.68

Pavakariai, 15.40 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai,	Riebalai, g	Angliavande-niai, g	
Purūs blyneliai su pilno grūdo miltais	23BLB	130	9.65	3.65	52.58	271.21
Trintos braškės	G11B/L	30	0.26	0.12	3.81	15.84
Mėtų arbata (nesaldinta)	GR6	120				
Viso:			**9.91**	**3.77**	**56.39**	**287.05**
Iš viso dienos davinio (1):			**32.99**	**24.69**	**145.70**	**821.22**
Iš viso dienos davinio (2):			**45.59**	**23.92**	**161.67**	**942.73**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS Nr.2 UAB "ATAKA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

LIETUVOS Lietuvos sveikatos mokslų universiteto gimnazija RESPUBLIKA

Direktorius
Arūnas Bučnys

5 savaitė
Penktadienis

Pietūs, 12 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
1.2. Kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	S1	150	1.20	5.12	9.35	83.43
1.2. Viso grūdo duona	DVG1	20	1.00	0.24	10.04	48.80
1. Lašišos kepsnys (tausojantis)	53	90	17.09	14.78	0.34	205.85
1. Bulguras (tausojantis)	G2B/L	90	5.20	0.80	27.20	144.00
2.Žemaitiški blynai su mėsa (vištiena)	87	189	11.45	9.34	32.71	248.11
2. Grietinė, 30%	G19	20	0.31	11.26	0.39	144.00
1.2. Pekino kopūsų, morkų ir pomidorų salotos su tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	G31K	90	1.13	3.87	7.71	66.60
1.2. Daržovių lazdelės	G7D/L	45	0.36	0.08	2.43	9.09
1.2.Sezoniniai vaisiai (augalinis)		70	0.29	0.28	9.18	40.62
1.2. Stalo vanduo		130	0.00	0.00	0.00	0.00
Viso (1):			**26.27**	**25.17**	**66.25**	**598.39**
Viso (2):			15.74	30.19	71.81	640.65

Pavakariai, 14.00val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energet. vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių košė su sviestu (tausojanti)	58	200	7.73	7.54	44.09	280.15
Braškių glotnutis	GR9	110	1.15	0.94	14.77	74.5
Žalioji arbata (nesaldinta)	GR3	120				
Viso:			**8.88**	**8.48**	**58.86**	**354.65**
Iš viso dienos davinio (1):			**35.15**	**33.65**	**125.11**	**953.04**
Iš viso dienos davinio (2):			**24.62**	**38.67**	**130.67**	**995.30**

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė UAB "Atata"
Gamybos vadovė B.Brovkienė

LIETUVOS RESPUBLIKA DOKUMENTAMS UAB "ATATA"

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorius
Arūnas Bučnys

Lietuvos sveikatos mokslų universiteto gimnazija