

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Klausučių Stasio Santvaro skyrius

A.Daugėlos g. 24, Klausučių k., Seredžiaus sen., 74408, Jurbarko r.

(įstaigos pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

4-6 m.

(amžiaus grupė)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 07:30 iki 17:00 val.

Direktorė, Ugnė Beinarytė

1 Savaitė, Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Vanilinis kukurūzų pudingas (tausojantis) (P)*	3-3/4TGV 10N	200.00	7.23	6.8	40.29	251
Plėšomos sūrio dešrelės PIK-NIK	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Kinrozės arbata	GR-20	150.00	0	0	0	0
Obuoliai	VS-3	70.00	0.28	0.28	9.1	40
Iš viso:			15.01	12.08	49.89	368

Pietūs 12:15 - 12:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių (šaldytų daržovių mišinys) sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr010	150.00	1.74	1.59	8.36	55
Grietinė 30% (P)*	PD-14	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Ruginė duona	GA-2/b	15.00	1.11	0.24	6.42	32
Orkaitėje kepta vištienos blauzdelių mėsa	10-8/156TGP 10NK04	70.00	27.51	8.76	1.39	194
Rausvasis padažas (G, P)*	PadR01	15.00	0.56	0.56	2.15	16
Bulvių košė(tausojantis) (P)*	GA-37	180.00	4.09	5.31	30.02	184
Morkų ir obuolių salotos su natūraliu jogurtu (3,8 proc.) (P,)*	2-1/12 3	50.00	0.83	0.59	4.4	26
Švieži pomidorai(augalinis)	GA-28	20.00	0.2	0.04	0.82	4
Švieži agurkai(augalinis)	GA-20	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Stalo vanduo paskanintas citrina	GR-22/a	150.00	0.05	0.03	0.69	3
Iš viso:			36.32	18.06	54.8	527

Vakarienė 15:40 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės apkepas(tausojantis) (G, K, P)*	PV-32	170.00	21.97	16.27	29.27	351
Jogurtinė grietinė (10 proc.) (P,)*	P06	10.00	0.3	1	0.4	12
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	45.00	0.5	0.32	7.11	33
Kinrozės arbata	GR-20	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			22.77	17.59	36.78	397
Iš viso (dienos davinio):			74.1	47.73	141.47	1292

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), - Laktozė

Direktorė, Ugnė Beinarytė

1 Savaitė, Antradienis

Pusryčiai 08:30 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kokosinė avižinių dribsnių košė (augalinis) (tausojančias) (G)*	3-3/17ATPVVg 10N	140.00	5.33	14.71	29.46	272
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	15.00	0.17	0.11	2.37	11
Natūralus Jogurtas (3,8 proc.) (P,)*	J01	125.00	5.42	6	6	100
Kmynų arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			10.92	20.82	37.84	382

Pietūs 12:15 - 12:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojančias) (augalinis) (G)*	Sr009	150.00	2.48	1.65	16.88	92
Ruginė duona	GA-2/b	15.00	1.11	0.24	6.42	32
Grietinė 30% (P)*	PD-14	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Makaronai su malta vištiena ir daržovėmis (tausojančias) (G, P)*	6-8/164T 10S	180.00	13.39	5.64	21.92	192
Kopūstų, morkų ir paprikų salotos (Augalinis)	2-1/1AGPVVg 10N	60.00	0.59	1.98	3.95	36
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	GR-22/b	150.00	0.09	0.03	1.25	6
Kriaušės	VS-2	70.00	0.28	0.21	9.38	41
Iš viso:			18.01	10.65	59.89	407

Vakarienė 15:40 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Skryliai(tausojantis) (G, K)*	PV-52	150.00	11.25	4.63	70.27	368
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	40.00	0.44	0.28	6.32	30
Grietinė 30% (P)*	PD-14	10.00	0.24	3	0.31	29
Pienas 2,5% (P)*	GR-23	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Iš viso:			17.03	11.66	84.25	510
Iš viso (dienos davinio):			45.96	43.13	181.98	1300

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), - Laktozė

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Klausučių Stasio Santvaro skyrius (Dokumentas: 4-6 m. 15 d.
Perspektyvinis valgiaraštis)

Direktorė, Ugnė Beinarytė

1 Savaitė, Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų košė su sviestu(tausojantis) (G, P)*	PV-13	160.00	6.41	6.91	32.17	217
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	20.00	0.22	0.14	3.16	15
Viso grūdo sumuštiniai su fermentiniu sūriu (45 proc.) (P)*	16-1/9V 10NF	40.00	6.21	8.24	7.41	129
Obuoliai	VS-3	70.00	0.28	0.28	9.1	40
Kmynų arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			13.12	15.57	51.85	400

Pietūs 12:15 - 12:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lešių-morkų-svogūnų sriuba(ankštinis),(tausojantis),(augalinis) (P)*	SR-28	150.00	7.33	3.68	22.11	151
Grietinė 30% (P)*	PD-14	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Ruginė duona	GA-2/b	15.00	1.11	0.24	6.42	32
Orkaitėje keptas vištienos maltinukas (G, K)*	P017	50.00	12.52	2.5	3.07	85
Baltas padažas (G, P)*	Pad04	15.00	0.54	0.87	1.22	15
Grikių košė(tausojantis) (P)*	GA-13	180.00	6.22	5.58	34.05	211
Burokėlių salotos su aliejumi(tausojantis, augalinis)	GA-17	40.00	0.66	2.3	3.92	39
Švieži agurkai(augalinis)	GA-20	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Švieži pomidorai(augalinis)	GA-28	20.00	0.2	0.04	0.82	4
Stalo vanduo paskanintas agurkais	GR-22/g	150.00	0.06	0.02	0.17	1
Iš viso:			28.87	16.17	72.33	550

Vakarienė 15:40 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Viso grūdo lietiniai blynai (G, K)*	6-6/124PV 10SK	160.00	10.27	7.86	52.66	322
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	40.00	0.44	0.28	6.32	30
Natūralus Jogurtas (3,8 proc.) (P,)*	J01	15.00	0.65	0.72	0.72	12
Kinrozės arbata	GR-20	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			11.36	8.86	59.7	364
Iš viso (dienos davinio):			53.35	40.6	183.88	1314

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), - Laktozė

Direktorė, Ugnė Beinarytė

1 Savaitė, Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Orkaitėje keptas omletas su fermentiniu sūriu (tausojantis) (G, K, P)*	KI003	90.00	11.03	13.35	5.15	185
Ruginė duona	GA-2/b	15.00	1.11	0.24	6.42	32
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 10N	35.00	0.39	0.12	1.73	10
Plėšomos sūrio dešrelės PIK-NIK	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Vynuogės (augalinis)	V05	70.00	0.49	0.28	12.32	54
Kmynų arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			20.52	18.99	26.13	358

Pietūs 12:15 - 12:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žalių žirnelių sriuba(ankštinis),(augalinis),(tausojantis)	SR-25	150.00	6.63	2.42	23.89	144
Grietinė 30% (P)*	PD-14	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Ruginė duona	GA-2/b	15.00	1.11	0.24	6.42	32
Kiaulienos kukuliai su rausvučiu padažu (tausojantis) (G, K, P)*	11-7/139T 10 NK	80.00	11.79	4.85	6.15	115
Perlinis kuskusas(tausojantis),(augalinis)	GA-32	140.00	5.94	0.74	36.57	177
Pekino kopūstų salotos su pomidorais, agurkais, aliejumi (augalinis)	S033	75.00	0.79	4.96	2.76	59
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	GR-22/b	150.00	0.09	0.03	1.25	6
Iš viso:			26.42	14.14	77.13	541

Vakarienė 15:40 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklindžiai (G, K, P)*	PV-39	120.00	9.25	11.93	43.47	318
Natūralus jogurtas (3,8 proc.) (P,)*	J01	15.00	0.65	0.72	0.72	12
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	25.00	0.28	0.18	3.95	19
Kinrožės arbata	GR-20	150.00	0	0	0	0
Bananai	VS-4	70.00	0.84	0.21	16.17	70
Iš viso:			11.02	13.04	64.31	419
Iš viso (dienos davinio):			57.96	46.17	167.57	1318

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), - Laktozė

Direktorė, Ugnė Beinarytė

1 Savaitė, Penktadienis

Pusryčiai 08:30 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti makaronai(tausojantis) (G)*	PV-40	100.00	3.6	0.1	25.27	116
Troškintos daržovės (tausojantis) (augalinis)	D003	120.00	1.86	5.04	10.39	94
Trinta varškė (9 proc.) su grietine (30 proc.) ir uogomis (P)*	V017	50.00	5.91	5.47	4.21	90
Apelsinai	VS-1	70.00	0.56	0.14	7.7	34
Kmynų arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			11.93	10.75	47.58	335

Pietūs 12:15 - 12:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Rūgštinių sriuba (tausojantis) (augalinis) (G)*	Sr007	150.00	1.04	1.59	8.27	52
Grietinė 30% (P)*	PD-14	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Ruginė duona	GA-2/b	20.00	1.48	0.32	8.56	43
Šilkiniai menkės kukuliai sūrio padaže (tausojantis) (G, K, P, Ž,)*	9-8/167T 10NK	80.00	13.92	8.34	6.53	157
Bulvių - žirnelių košė (tausojantis) (P)*		160.00	5.51	11.94	28.29	243
Burokėlių ir marinuotų agurkų salotos(augalinis)	2-1/6AGPPcVVg 10N	75.00	0.69	0.04	3.74	18
Stalo vanduo paskanintas citrina	GR-22/a	150.00	0.05	0.03	0.69	3
Iš viso:			22.76	23.16	56.17	524

Vakarienė 15:40 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų rizotas (tausojantis) (G, P)*	3-3/8TPcV 10N	200.00	9.71	13.94	41.19	329
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 10N	70.00	0.77	0.25	3.47	19
Kmynų arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			10.48	14.19	44.67	348
Iš viso (dienos davinio):			45.17	48.1	148.42	1207

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), - Laktozė

Direktorė, Ugnė Beinarytė

2 Savaitė, Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti kiaušiniai (K)*	Ki002	60.00	7.38	7.02	0.42	94
Duona su sviestu (82 proc) (P)*	D01K01	40.00	2.72	3.59	15.59	106
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 10N	30.00	0.33	0.11	1.49	8
Plėšomos sūrio dešrelės PIK-NIK	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Obuoliai	VS-3	70.00	0.28	0.28	9.1	40
Kinrožės arbata	GR-20	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			18.21	16	27.1	325

Pietūs 12:15 - 12:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba	Sr017	150.00	1.46	2.16	7.25	54
Grietinė 30% (P)*	PD-14	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Ruginė duona	GA-2/b	15.00	1.11	0.24	6.42	32
Vištienos guliašas su morkomis (tausojančias) (G, P)*	10-5/100TGP 10NK	90.00	15.39	5.57	5.41	133
Bulvių - lęšių košė (P)*	5-3/4TGV 10NK	160.00	7.01	4.86	27.65	182
Pekino kopūstų-porų-pomidorų salotos su saulėgrąžų aliejumi(augalinis)	GA-26	85.00	1.05	4.62	3.3	59
Stalo vanduo paskanintas agurkais	GR-22/g	150.00	0.06	0.02	0.17	1
Iš viso:			26.15	18.37	50.29	471

Vakarienė 15:40 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės blynėliai (G, K, P)*	7-6/100V 10S	130.00	16.39	17.16	21.58	306
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	40.00	0.44	0.28	6.32	30
Kmynų arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Bananai	VS-4	50.00	0.6	0.15	11.55	50
Iš viso:			17.43	17.59	39.46	386
Iš viso (dienos davinių):			61.79	51.96	116.85	1182

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Klausučių Stasio Santvaro skyrius (Dokumentas: 4-6 m. 15 d.
Perspektyvinis valgiaraštis)

Direktorė, Ugnė Beinartė

2 Savaitė, Antradienis

Pusryčiai 08:30 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepta pienoška avižinių dribsnių košė (tausojantis) (G, P)*	Kr026	140.00	7.47	7.71	23.74	194
Viso grūdo sumuštiniai su fermentiniu sūriu (45 proc.) (P)*	16-1/9V 10NF	40.00	6.21	8.24	7.41	129
Kriaušės	VS-2	70.00	0.28	0.21	9.38	41
Kmynų arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			13.96	16.16	40.54	363

Pietūs 12:15 - 12:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žalių žirnelių sriuba(ankštinis),(augalinis),(tausojantis)	SR-25	150.00	6.63	2.42	23.89	144
Ruginė duona	GA-2/b	15.00	1.11	0.24	6.42	32
Grietinė 30% (P)*	PD-14	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Orkaitėje keptas vištienos maltinukas (G, K)*	P017	80.00	20.03	4	4.92	136
Grietinė lėš (30 proc.) ir sviesto (82 proc.) padažas be cukraus (P)*	Pad01BC	10.00	0.21	6.61	0.28	61
Perlinis kuskusas(tausojantis),(augalinis)	GA-32	130.00	5.51	0.69	33.96	164
Švieži agurkai(augalinis)	GA-20	35.00	0.28	0.07	0.81	5
Švieži pomidorai(augalinis)	GA-28	40.00	0.4	0.08	1.64	9
Stalo vanduo paskanintas braškėmis	GR-22/c	150.00	0.09	0.05	0.96	5
Iš viso:			34.33	15.06	72.97	565

Vakarienė 15:40 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kiaulienos ir bulvių troškiny su daržovėmis (tausojantis) (P)*	5-5/3ATVVgGP10N	170.00	8.24	20.75	7.47	250
Morkų salotos su saulėgrąžomis ir aliejumi (augalinis)	S020	60.00	1.1	5.73	5.15	77
Kmynų arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Bananai	VS-4	50.00	0.6	0.15	11.55	50
Iš viso:			9.94	26.63	24.18	376
Iš viso (dienos davinio):			58.23	57.85	137.69	1304

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Direktorė, Ugnė Beinarytė

2 Savaitė, Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška sorų kruopų košė (tausojantis) (P)*	3-3/13TGV 10N	150.00	5.3	5.18	30.99	192
Karštas sumuštinis su pomidorų padažu, pomidorais, fermentiniu sūriu (45 proc.) ir žalumynais (tausojantis) (G, P)*	U026	50.00	6.11	5.18	11.65	118
Mandarinai	VS-5	70.00	0.49	0.21	6.58	30
Kmylių arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			11.9	10.57	49.23	340

Pietūs 12:15 - 12:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių-morkų sriuba(ankštinis),(tausojantis),(augalinis)	SR-27	150.00	5.49	2.39	18.81	119
Grietinė 30% (P)*	PD-14	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Ruginė duona	GA-2/b	15.00	1.11	0.24	6.42	32
Plovas su vištiena (tausojantis)	P023	160.00	22.72	7.77	31.67	287
Virų burokėlių, obuolių ir morkų salotos su saulėgrąžomis (augalinis)	2-1/26A 10	40.00	1.11	2.85	4.49	48
Švieži agurkai(augalinis)	GA-20	15.00	0.12	0.03	0.35	2
Stalo vanduo paskanintas agurkais	GR-22/g	150.00	0.06	0.02	0.17	1
Iš viso:			30.68	14.2	62	499

Vakarienė 15:40 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Viso grūdo lietiniai blynai (G, K)*	6-6/124PV 10SK	130.00	8.35	6.38	42.78	262
Natūralus jogurtas (3,8 proc.) (P,)*	J01	20.00	0.87	0.96	0.96	16
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	40.00	0.44	0.28	6.32	30
Pienas 2,5% (P)*	GR-23	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Iš viso:			14.76	11.37	57.41	391
Iš viso (dienos davinio):			57.34	36.14	168.64	1229

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), - Laktozė

Direktorė, Ugnė Beinarytė

2 Savaitė, Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška kukurūzų košė su uogomis (tausojantis) (P)*	Kr006	150.00	5.57	2.1	35.06	181
Viso grūdo duona su sviestu 82 proc. ir pomidoru (P)*	D01K02	48.00	2.39	2.99	13.48	90
Vynuogės (augalinis)	V05	70.00	0.49	0.28	12.32	54
Kmylių arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Plėšomos sūrio dešrelės PIK-NIK	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Iš viso:			15.95	10.37	61.37	403

Pietūs 12:15 - 12:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis) (G)*	Sr009	150.00	2.48	1.65	16.88	92
Ruginė duona	GA-2/b	20.00	1.48	0.32	8.56	43
Bulvių plokštainis su vištiena (P)*	AP-2	150.00	13.41	4.68	24.91	195
Grietinė 30% (P)*	PD-14	20.00	0.48	6	0.63	58
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 10N	60.00	0.66	0.21	2.97	16
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	GR-22/b	150.00	0.09	0.03	1.25	6
Iš viso:			18.6	12.89	55.2	411

Vakarienė 15:40 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Vištienos file ir grikių blynėliai su petražolėmis (G, K)*	10-6/119GP 10N	150.00	22.61	19.37	19.09	341
Pomidorų padažas (augalinis) (Tausojnatis)	14-3/1ATGPVVg 10N	30.00	0.47	2.87	2.09	36
Švieži agurkai (augalinis)	GA-20	60.00	0.48	0.12	1.38	9
Kriaušės	VS-2	50.00	0.2	0.15	6.7	29
Kinrožės arbata	GR-20	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			23.76	22.51	29.26	415
Iš viso (dienos davinio):			58.31	45.77	145.83	1228

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Direktorė, Ugnė Beinartė

2 Savaitė, Penktadienis



Pusryčiai 08:30 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su razinomis (tausojantis) (G, P)*	3-3/18TV 10N	150.00	4.8	4.96	43.43	238
Natūralus jogurtas su trintomis braškėmis (P,)*	J02	100.00	4.01	4.39	5.9	79
Apelsinai	VS-1	70.00	0.56	0.14	7.7	34
Kinrozės arbata	GR-20	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			9.37	9.49	57.03	351

Pietūs 12:15 - 12:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba(augalinis),(ankštinis),(tausojantis)	SR-26	150.00	7.49	2.45	23.89	148
Grietinė 30% (P)*	PD-14	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Keptas orkaitėje žuvies (jūros lydeka) paplotėlis (tausojantis) (K, Ž)*	9-8/163T 4	80.00	14.2	3.11	1.84	92
Grietinė (30 proc.) ir sviesto (82 proc.) padažas be cukraus (P)*	Pad01BC	15.00	0.32	9.92	0.42	92
Bulvių košė(tausojantis) (P)*	GA-37	150.00	3.41	4.43	25.02	154
Virų burokėlių, obuolių ir morkų salotos su saulėgrąžomis (augalinis)	2-1/26A 10	45.00	1.25	3.21	5.05	54
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 10N	40.00	0.44	0.14	1.98	11
Stalo vanduo paskanintas agurkais	GR-22/g	150.00	0.06	0.02	0.17	1
Iš viso:			27.24	24.18	58.46	560

Vakarienė 15:40 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kiauliena su troškintais kopūstais (tausojantis) (G)*	5	140.00	17.07	14.79	5.6	224
Ruginė duona	GA-2/b	25.00	1.85	0.4	10.7	54
Švieži pomidorai(augalinis)	GA-28	55.00	0.55	0.11	2.26	12
Bananai	VS-4	60.00	0.72	0.18	13.86	60
Kinrozės arbata	GR-20	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			20.19	15.48	32.42	350
Iš viso (dienos davinio):			56.8	49.15	147.91	1261

* **Alergenai:** G - Gliutimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), - Laktozė

Direktorė, Ugnė Beinartytė

3 Savaitė, Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avižinių kruopų košė su sviestu (82 proc.) sėlenomis ir uogomis (tausojantis) (G, P)*	Kr011	180.00	8.06	6.51	27.72	202
Orkaitėje kepti sumuštiniai su varške (9proc.) r obuoliais (tausojantis) (G, P)*	A16-1/4	60.00	5.47	2.42	15.33	105
Apelsinai	VS-1	70.00	0.56	0.14	7.7	34
Kmynų arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			14.09	9.07	50.76	341

Pietūs 12:15 - 12:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kopūstų-morkų bulvių sriuba(tausojantis) (P)*	SR-7	150.00	2.08	6.8	13.25	123
Grietinė 30% (P)*	PD-14	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Ruginė duona	GA-2/b	20.00	1.48	0.32	8.56	43
Kepti su garais vištienos kukuliai su sezamo sėklomis (tausojantis) (G, K, SE)*	10-7/143T4	50.00	14.17	4.38	2.92	108
Bulvių - žirnelių košė (tausojantis) (P)*		140.00	4.82	10.45	24.75	212
Virų burokėlių, obuolių ir morkų salotos su saulėgrąžomis (augalinis)	2-1/26A 10	50.00	1.39	3.56	5.61	60
Švieži agurkai(augalinis)	GA-20	15.00	0.12	0.03	0.35	2
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	GR-22/b	150.00	0.09	0.03	1.25	6
Iš viso:			24.22	26.47	56.78	562

Vakarienė 15:40 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieno pagrindu mieliniai blynai (G, K, P)*	PV-8	110.00	8.5	9.75	41.66	288
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	35.00	0.39	0.25	5.53	26
Pienas 2,5% (P)*	GR-23	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Iš viso:			13.99	13.75	54.54	398
Iš viso (dienos davinio):			52.3	49.29	162.08	1301

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SE - Sezamo sėklos ir jų produktai

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Klausučių Stasio Santvaro skyrius (Dokumentas: 4-6 m. 15 d.
Perspektyvinis valgiaraštis)

Direktorė, Ugnė Beinarytė

3 Savaitė, Antradienis

Pusryčiai 08:30 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių košė(tausojantis) (P)*	GA-13	160.00	5.53	4.96	30.27	188
Viso grūdo sumuštiniai su fermentiniu sūriu (45 proc.) (P)*	16-1/9V 10NF	40.00	6.21	8.24	7.41	129
Kriaušės	VS-2	70.00	0.28	0.21	9.38	41
Kmynų arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			12.02	13.41	47.07	357

Pietūs 12:15 - 12:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	Sr004	150.00	4.67	1.59	18.62	107
Grietinė 30% (P)*	PD-14	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Ruginė duona	GA-2/b	10.00	0.74	0.16	4.28	22
Troškinta kiauliena su daržovėmis (tausojantis)	K004	70.00	10.06	9.22	4.06	139
Perlinis kuskusas(tausojantis),(augalinis)	GA-32	140.00	5.94	0.74	36.57	177
Baltagūžių kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis (augalinis)	S005	40.00	0.53	2.11	2.52	31
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 10N	30.00	0.33	0.11	1.49	8
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	GR-22/b	150.00	0.09	0.03	1.25	6
Iš viso:			22.43	14.86	68.88	499

Vakarienė 15:40 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Tradiciniai virti varškėčiai su grietinė (35 proc.) ir sviesto (82 proc.) padažu (tausojantis) (G, K, P)*	7-3/61TV 10NK35	120.00	16.27	7.91	32.88	268
Vaisių lėkštelė (Kriaušės, apelsinai, vynuogės)	V001	50.00	0.32	0.15	7	31
Kmynų arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Plėšomos sūrio dešrelės PIK-NIK	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Iš viso:			24.09	13.06	40.39	375
Iš viso (dienos davinio):			58.54	41.33	156.34	1231

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Klausučių Stasio Santvaro skyrius (Dokumentas: 4-6 m., 15 d.
Perspektyvinis valgiaraštis)

Direktorė, Ugnė Beinarytė

3 Savaitė, Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieno pagrindu avižinių dribsnių košė su sviestu(tausojantis) (G, P) [*]	PV-10	200.00	9.41	9.41	38.35	276
Viso grūdo duona su sviestu 82 proc. ir virtu kiaušiniu (K, P) [*]	D01K03	48.00	4.09	4.72	12.97	111
Mandarinai	VS-5	70.00	0.49	0.21	6.58	30
Kmynų arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			13.99	14.34	57.91	417

Pietūs 12:15 - 12:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sriuba su pomidorais (tausojantis) (augalinis)	Sr022	150.00	2.52	2.19	20.15	110
Grietinė 30% (P) [*]	PD-14	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Ruginė duona	GA-2/b	20.00	1.48	0.32	8.56	43
Orkaitėje kepta vištienos blauzdelių mėsa	10-8/156TGP 10NK04	50.00	19.65	6.26	0.99	139
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis) (augalinis) (G) [*]	3-5/105AT1	110.00	3.36	3.37	25.61	146
Kopūstų, paprikų, morkų, žirnelių salotos su aliejumi (augalinis)	Sal01	55.00	0.87	4.81	4.83	66
Stalo vanduo paskanintas braškėmis	GR-22/c	150.00	0.09	0.05	0.96	5
Iš viso:			28.04	17.9	61.19	518

Vakarienė 15:40 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklindžiai (G, K, P) [*]	PV-39	120.00	9.25	11.93	43.47	318
Natūralus jogurtas (3,8 proc.) (P,) [*]	J01	15.00	0.65	0.72	0.72	12
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	20.00	0.22	0.14	3.16	15
Bananai	VS-4	50.00	0.6	0.15	11.55	50
Kinrozės arbata	GR-20	150.00	0	0	0	0
Plėšomos sūrio dešrelės PIK-NIK	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Iš viso:			18.22	17.94	59.4	472
Iš viso (dienos davinio):			60.25	50.18	178.5	1407

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), - Laktozė

Pusryčiai 08:30 - 09:00 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių košė, paskaninta gabalėliu sviesto 82% ir uogomis (tausojantis) (P)*	Kr003	150.00	4.79	6.83	30.27	202
Orkaitėje kepti sumuštiniai su varške (9proc.) r obuoliais (tausojantis) (G, P)*	A16-1/4	40.00	3.65	1.61	10.22	70
Vynuogės (augalinis)	V05	70.00	0.49	0.28	12.32	54
Kinrožės arbata	GR-20	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			8.93	8.72	52.81	325

Pietūs 12:15 - 12:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (G)*	Sr014	150.00	2.25	2	17.19	96
Grietinė 30% (P)*	PD-14	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Ruginė duona	GA-2/b	20.00	1.48	0.32	8.56	43
Kiaulienos kukuliai (tausojantis) (G, K)*	11-7/139T 10K	60.00	10.17	3.93	3.82	91
Baltas padažas (G, P)*	Pad04	15.00	0.54	0.87	1.22	15
Virtos grikių kruopos su kepintomis morkomis ir svogūnais (augalinis)	Gr025	150.00	0.35	2.79	2.42	36
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 10N	75.00	0.83	0.26	3.71	21
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	GR-22/b	150.00	0.09	0.03	1.25	6
Iš viso:			15.78	11.1	38.26	316

Vakarienė 15:40 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės apkepas(tausojantis) (G, K, P)*	PV-32	170.00	21.97	16.27	29.27	351
Jogurtinė grietinė (10 proc.) (P,)*	P06	15.00	0.45	1.5	0.6	18
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	40.00	0.44	0.28	6.32	30
Kinrožės arbata	GR-20	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			22.86	18.05	36.19	399
Iš viso (dienos davinio):			47.57	37.87	127.26	1040

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), - Laktozė

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Klausučių Stasio Santvaro skyrius (Dokumentas: 4-6 m. 15 d.
Perspektyvinis valgiaraštis)

Direktorė, Ugnė Beinarytė

3 Savaitė, Penktadienis

Pusryčiai 08:30 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kiaušinių košė (K, P)*	Ki005	80.00	8.84	9.17	2.01	126
Duona su sviestu (82 proc) (P)*	D01K01	40.00	2.72	3.59	15.59	106
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 10N	40.00	0.44	0.14	1.98	11
Plėšomos sūrio dešrelės PIK-NIK	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Apelsinai	VS-1	70.00	0.56	0.14	7.7	34
Kmynų arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			20.06	18.04	27.79	354

Pietūs 12:15 - 12:45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių-pupelių-kopūstų sriuba su grietine 30% 2 v(tausojantis) (P)*	SR-6(6-10;11-v)	150.00	2.66	5.16	10.64	100
Ruginė duona	GA-2/b	15.00	1.11	0.24	6.42	32
Orkaitėje kepta Jūros lydeka (tausojantis) (G, K, Ž)*	9-8/163T 4K	50.00	10.28	2.27	4.83	81
Grietinė (30 proc.) ir sviesto (82 proc.) padažas be cukraus (P)*	Pad01BC	15.00	0.32	9.92	0.42	92
Bulvių - lęšių košė (P)*	5-3/4TGV 10NK	140.00	6.13	4.26	24.19	160
Pekino kopūstų-porų-pomidorų salotos su saulėgrąžų aliejumi(augalinis)	GA-26	70.00	0.86	3.81	2.72	49
Stalo vanduo paskanintas agurkais	GR-22/g	150.00	0.06	0.02	0.17	1
Iš viso:			21.42	25.68	49.39	514

Vakarienė 15:40 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai su sviestu (82 proc.) ir varške (9 proc.) (tausojantis) (G, P)*	M011	150.00	8.39	8.79	32.8	244
Pienas 2,5% (P)*	GR-23	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Vaisių lėkštelė (Kriaušės, apelsinai, vynuogės)	V001	50.00	0.32	0.15	7	31
Iš viso:			13.81	12.69	47.15	358
Iš viso (dienos davinio):			55.29	56.41	124.33	1226

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)