

**JURBARKO R. VELIUONOS ANTANO IR JONO JUŠKŲ GIMNAZIJOS
SEREDŽIAUS STASIO ŠIMKAUS SKYRIUS-DAUGIAFUNKCIS CENTRAS**
J. Marcinkevičiaus g. 1, Seredžius, Jurbarko r.

PENKIOLIKOS DIENŲ VALGIARAŠTIS

6-10 m. (vaikai)

Įstaigos darbo laikas
8.30 val. iki 16.00 val.

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazija (Dokumentas: 6-10 m. valgiaraštis (15 d.))

Direktorė Ugnė Beinarytė

1 Savaitė, Pirmadienis



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba	SR-26	150.00	7.49	2.45	23.89	148
Orkaitėje troškinti lašišos filė kukuliai	AP-30	70.00	14.08	9.47	5.16	162
Pieno-pomidorų padažas	PD-4/a	10.00	0.45	0.92	1.14	15
Bulvių košė	GA-37	100.00	2.27	2.95	16.68	102
Pekino kopūstų-porų-pomidorų salotos su saulėgrąžų aliejumi	GA-26	116.00	1.43	6.31	4.51	81
Mandarinai	VS-5	80.00	0.56	0.24	7.52	34
Stalo vanduo paskanintas citrina	GR-22/a	150.00	0.05	0.03	0.69	3
		Iš viso:	26.33	22.37	59.59	545
		Iš viso (dienos davinio):	26.33	22.37	59.59	545



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kopūstų-morkų bulvių sriuba	SR-7	159.00	2.21	7.21	14.05	130
Kiaulienos kotletas	AP-33	80.00	13.27	10.68	13.80	204
Švieži pomidorai	GA-28	100.00	1.00	0.20	4.10	22
Grikių košė 1	GA-13	110.00	3.79	2.58	20.81	122
Bananai	VS-4	110.00	1.32	0.33	25.41	110
Vanduo		150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			21.59	21.00	78.17	588
Iš viso (dienos davinio):			21.59	21	78.17	588



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lešių-morkų-svogūnų sriuba	SR-28	150.00	7.33	3.68	22.11	151
Bulvių plokštainis su vištiena	AP-2	187.00	16.74	5.84	31.21	244
Grietinė 30%	PD-14	15.00	0.36	4.50	0.47	44
Trintas bananų, obuolių ir braškių kokteilis	GA-42	95.00	0.87	0.35	17.13	75
Štalo vanduo paskanintas braškėmis	GR-22/c	150.00	0.09	0.05	0.96	5
Iš viso:			25.39	14.42	71.88	519
Iš viso (dienos davinio):			25.39	14.42	71.88	519



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių-morkų sriuba	SR-27	150.00	5.49	2.39	18.81	119
Orkaitėje keptos paukštienos šlaunelės	AP-31	80.00	19.38	15.48	0.28	218
Virtos bulvės	GA-11/a	80.00	1.60	0.08	14.64	66
Burokėlių salotos su aliejumi	GA-17	53.00	0.87	3.05	5.20	52
Švieži agurkai	GA-20	40.00	0.32	0.08	0.92	6
Bananai	VS-4	120.00	1.44	0.36	27.72	120
Stalo vanduo paskanintas kriaušėmis	GR-22/e	150.00	0.03	0.02	1.01	4
Iš viso:			29.13	21.46	68.58	584
Iš viso (dienos davinio):			29.13	21.46	68.58	584



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių-pupelių-kopūstų sriuba su grietine 30%	SR-6	155.00	3.16	5.75	13.14	117
Kiaulienos "Netikras zuikis"	AP-6	80.00	14.14	6.95	6.60	146
Morkų-grietinės-pieno padažas	PD-8	25.00	1.47	6.59	3.89	81
Perlinis kuskusas	GA-32	100.00	4.24	0.53	26.12	126
Švieži pomidorai	GA-28	100.00	1.00	0.20	4.10	22
Slyvos	VS-11	100.00	0.70	0.20	14.60	63
Stalo vanduo paskanintas agurkais	GR-22/g	150.00	0.06	0.02	0.17	1
Iš viso:			24.77	20.24	68.62	556
Iš viso (dienos davinio):			24.77	20.24	68.62	556

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazija (Dokumentas: 6-10 m. valgiaraštis (15 d.))

Direktorė Ugnė Beinarytė

2 Savaitė, Pirmadienis



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šaltibarščiai su bulvėmis	SR-23	196.00	5.24	4.84	14.65	123
Ryžių-kiaulienos plovai	AP-7	200.00	17.87	15.29	34.38	347
Švieži pomidorai	GA-28	100.00	1.00	0.20	4.10	22
Obuoliai	VS-3	120.00	0.48	0.48	15.60	69
Stalo vanduo paskanintas braškėmis	GR-22/c	150.00	0.09	0.05	0.96	5
Iš viso:			24.68	20.86	69.69	565
Iš viso (dienos davinio):			24.68	20.86	69.69	565



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba	SR-30	150.00	1.43	2.29	11.11	71
Žuvies šnicelis	AP-35	100.00	15.74	11.47	6.62	193
Pieno-pomidoro padažas	PD-4/a	10.00	0.45	0.92	1.14	15
Pekino kopūstų-porų-pomidorų salotos su saulėgražų aliejumi	GA-26	116.00	1.43	6.31	4.51	81
Virtos bulvės 2	GA-11	100.00	2.10	0.11	19.22	86
Slyvos	VS-11	100.00	0.70	0.20	14.60	63
Stalo vanduo paskanintas citrina	GR-22/a	150.00	0.05	0.03	0.69	3
Iš viso:			21.90	21.33	57.89	511
Iš viso (dienos davinio):			21.9	21.33	57.89	511

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazija (Dokumentas: 6-10 m. valgiaraštis (15 d.))

Direktorė Ugnė Beinarytė

2 Savaitė, Trečiadienis



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avinžirnių-morkų sriuba	SR-24	150.00	5.00	2.15	13.66	94
Kiaulienos kotletas	AP-33	80.00	13.27	10.68	13.80	204
Pieno padažas 3	PD-9	10.00	0.43	0.92	1.29	15
Perlinis kuskusas	GA-32	100.00	4.24	0.53	26.12	126
Morkų-obuolių-porų salotos su majonezu 40%	GA-39	100.00	1.01	6.72	9.55	103
Abrikosai	VS-6	80.00	0.64	0.16	9.60	42
Vanduo		150.00	0.00	0.00	0.00	0
Iš viso:			24.59	21.16	74.02	585
Iš viso (dienos davinio):			24.59	21.16	74.02	585

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazija (Dokumentas: 6-10 m. valgiaraštis (15 d.))

Direktorė Ugnė Beinarytė

2 Savaitė, Ketvirtadienis



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių-morkų sriuba	SR-27	150.00	5.49	2.39	18.81	119
Kepta vištienos filė	AP-22	75.00	15.51	11.28	3.99	180
Virti makaronai	PV-40	85.00	3.06	0.08	21.48	99
Burokėlių salotos su aliejumi	GA-17	53.00	0.87	3.05	5.20	52
Marinuoti agurkai	GA-19	30.00	0.84	0.00	0.39	5
Apelsinai	VS-1	110.00	0.88	0.22	12.10	54
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	GR-22/b	150.00	0.09	0.03	1.25	6
Iš viso:			26.74	17.05	63.22	513
Iš viso (dienos davinio):			26.74	17.05	63.22	513



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių-perlinių kruopų sriuba	SR-21	159.00	4.75	7.11	17.93	155
Virtų bulvių cepelinai su varškės įdaru	AP-13	180.00	10.77	5.48	51.71	299
Grietinė 30%	PD-14	15.00	0.36	4.50	0.47	44
Trintas bananų, obuolių ir braškių kokteilis	GA-42	95.00	0.87	0.35	17.13	75
Stalo vanduo paskanintas citrina	GR-22/a	150.00	0.05	0.03	0.69	3
Iš viso:			16.80	17.47	87.93	576
Iš viso (dienos davinio):			16.8	17.47	87.93	576

Jurbarko r. Veliunos Antano ir Jono Juškų gimnazija (Dokumentas: 6-10 m. valgiaraštis (15 d.))

Direktorė Ugnė Beinarytė

3 Savaitė, Pirmadienis



Gimnazijos direktorė
Ugnė Beinarytė

2024-03-27

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su grietine 30%	SR-3	159.00	2.31	5.67	20.47	142
Orkaitėje troškinti lašišos filė kukuliai	AP-30	70.00	14.08	9.47	5.16	162
Morkų-grietinės-pieno padažas	PD-8	15.00	0.88	3.95	2.33	48
Perlinis kuskusas	GA-32	80.00	3.39	0.42	20.90	101
Švieži pomidorai	GA-28	100.00	1.00	0.20	4.10	22
Bananai	VS-4	110.00	1.32	0.33	25.41	110
Vanduo		150.00	0.00	0.00	0.00	0
		Iš viso:	22.98	20.04	78.37	586
		Iš viso (dienos davinio):	22.98	20.04	78.37	586

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazija (Dokumentas: 6-10 m. valgiaraštis (15 d.))

Direktorė Ugnė Beinarytė

3 Savaitė, Antradienis



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Marinuotų agurkų-perlinių kruopų sriuba	SR-2	159.00	2.96	5.82	18.84	140
Karališki balandėliai	AP-12	100.00	19.62	11.70	6.03	208
Bulvių košė	GA-37	100.00	2.27	2.95	16.68	102
Šviežių kopūstų-morkų salotos	GA-15	100.00	1.38	1.87	6.23	47
Apelsinai	VS-1	120.00	0.96	0.24	13.20	59
Stalo vanduo paskanintas citrina	GR-22/a	150.00	0.05	0.03	0.69	3
Iš viso:			27.24	22.61	61.67	559
Iš viso (dienos davinio):			27.24	22.61	61.67	559

Jurbarko r. Veliunos Antano ir Jono Juškų gimnazija (Dokumentas: 6-10 m. valgiaraštis (15 d.))

Direktorė Ugnė Beinarytė

3 Savaitė, Trečiadienis



Gimnazijos direktorė
Ugnė Beinarytė

2024-08-27

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių-morkų sriuba	SR-27	150.00	5.49	2.39	18.81	119
Virtų ir tarkuotų bulvių cepelinai	AP-10	190.00	14.81	8.36	58.44	368
Grietinė 30%	PD-14	15.00	0.36	4.50	0.47	44
Melionai	VS-8	100.00	0.70	0.10	7.70	35
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	GR-22/b	100.00	0.06	0.02	0.83	4
Iš viso:			21.42	15.37	86.25	569
Iš viso (dienos davinio):			21.42	15.37	86.25	569

Jurbarko r. Veliunos Antano ir Jono Juškų gimnazija (Dokumentas: 6-10 m. valgiaraštis (15 d.))

Direktorė Ugnė Beinarytė

3 Savaitė, Ketvirtadienis



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kopūstų-morkų bulvių sriuba	SR-7	159.00	2.21	7.21	14.05	130
Vištienos maltinis	AP-32	75.00	15.71	7.84	10.71	176
Grikių košė	GA-13	100.00	3.51	3.12	19.07	118
Morkų salotos su majonezu 40% ir česnaku	GA-33	60.00	0.67	3.35	5.46	55
Marinuoti agurkai	GA-19	30.00	0.84	0.00	0.39	5
Obuoliai	VS-3	120.00	0.48	0.48	15.60	69
Stalo vanduo paskanintas braškėmis	GR-22/c	150.00	0.09	0.05	0.96	5
iš viso:			23.51	22.05	66.24	557
iš viso (dienos davinio):			23.51	22.05	66.24	557

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazija (Dokumentas: 6-10 m. valgiaraštis (15 d.))

Direktorė Ugnė Beinarytė

3 Savaitė, Penktadienis



Gimnazijos direktorė
Ugnė Beinarytė

2024-09-27

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lešičių-morkų-svoūnų sriuba	SR-28	150.00	7.33	3.68	22.11	151
Varškės apkepas	PV-32	140.00	18.10	13.40	24.10	289
Saldus grietinės padažas		13.00	0.16	1.95	3.45	32
Apelsinai	VS-1	120.00	0.96	0.24	13.20	59
Stalo vanduo paskanintas citrina	GR-22/a	150.00	0.05	0.03	0.69	3
		Iš viso:	26.60	19.30	63.55	534
		Iš viso (dienos davinio):	26.6	19.3	63.55	534