

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazija

Dariaus ir Girėno g. 22, Veliuona, 74440 Jurbarko r. sav.

(istaigos pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

4-6 m.

(amžiaus grupė)

1 Savaitė, Pirmadienis



Pusryčiai 08:00 - 08:30 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 25g	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Arbatžolių arbata (mėtų, ramunėlių, čiobrelių, juodoji)	GR-20	150.00	0	0	0	0
Obuoliai(augalinis)	VS-3	70.00	0.28	0.28	9.1	40
Iš viso:			15.01	12.08	49.89	368

Pietūs

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	8.34	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 blauzdėlių mėsa (Tausojantis)	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	0.49	4.4	25
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	17.96	54.78	526

Vakarienė 15:30 - 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% (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
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			22.77	17.59	36.79	397
Iš viso (dienos davinio):			74.1	47.63	141.46	1291

* **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 gimnazija (Dokumentas: 4-6 m. 15 d. valgiaraštus)

Direktorė Ugnė Beinarytė

1 Savaitė, Antradienis



Pusryčiai 08:00 - 08:30 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) (tausojnatis) (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	4.75	6	88
Arbatžolių arbata (mėtų, ramunėlių, čiobrelių, juodoji)	GR-20	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			10.92	19.57	37.83	371

Pietūs

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	2.51	1.65	16.98	93
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
Makaronai su malta vištiena ir daržovėmis (tausojantis) (G, P,)*	6-8/164T 10S	180.00	13.45	5.7	21.92	193
Kopūstų, morkų ir paprikų salotos (Augalinis)	2-1/1AGPVVg 10N	60.00	0.62	1.99	4.28	38
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	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:			18.13	10.72	60.32	410

Vakarienė 15:30 - 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):			46.08	41.95	182.4	1291

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

1 Savaitė, Trečiadienis



Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų košė su sviestu (G, P)*	PV-13	160.00	4.25	5.85	23.12	162
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	20.00	0.22	0.14	3.16	15
Sumuštinis su fermentiniu sūriu (45 proc.) (P,)*	16-1/9V 10NF	40.00	6.19	8.23	7.41	128
Obuoliai(augalinis)	VS-3	70.00	0.28	0.28	9.1	40
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			10.94	14.5	42.8	345

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba su morkomis (tausojantis) (augalinis)	Sr026	150.00	4.97	0.66	17.09	94
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 (tausojantis) (G, K)*	P017	50.00	12.49	2.64	3.08	86
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(augalinis),(tausojantis)	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:			26.48	13.29	67.32	495

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti viso grūdo lietiniai blynai su varške (tausojantis) (G, K, P)*	6-8/163TV 10NK	160.00	13.06	12.62	29.58	284
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	0.57	0.72	11
Arbatžolių arbata (mėtų, ramunėlių, čiobrelėlių, juodoji)	GR-20	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			14.15	13.47	36.62	324
Iš viso (dienos davinio):			51.57	41.26	146.74	1165

* **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 gimnazija (Dokumentas: 4-6 m. 15 d. valgiaraštus)

Direktorė Ugnė Beinarytė

1 Savaitė, Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:00 - 08:30 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 25g	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Vynuogės (augalinis)	V05	70.00	0.49	0.28	12.32	54
Kmylių arba kinrožių arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			20.52	18.99	26.13	358

Pietūs

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 rausvuuju padažu (Tausojantis) (G, K, P)*	11-7/139T 10 NK	80.00	11.79	4.85	6.15	115
Perlinis kuskusas (tausojantis)	Gr003	140.00	5.94	0.74	36.58	177
Pekino kopūstų salotos su pomidorais, paprikomis, agurkais ir šalto sp. alyvuogių aliejumi (augalinis)	S033	75.00	0.79	4.96	2.76	59
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	GR-22/b	150.00	0.09	0.03	1.25	6
Iš viso:			26.42	14.14	77.14	542

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklinžiai su obuoliais (G, K, P)*	PV-31	120.00	9.36	12.04	46.98	334
Natūralus jogurtas 3,8 proc. (P,)*	J01	15.00	0.65	0.57	0.72	11
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVvg 10N	25.00	0.28	0.18	3.95	19
Arbatžolių arbata (mėtų, ramunėlių, čiobrelių, juodoji)	GR-20	150.00	0	0	0	0
Bananai (augalinis)	VS-4	50.00	0.6	0.15	11.55	50
Iš viso:			10.89	12.94	63.2	413
Iš viso (dienos davinio):			57.83	46.07	166.47	1312

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

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazija (Dokumentas: 4-6 m. 15 d. valgiaraštus)

Direktorė Ugnė Beinarytė

1 Savaitė, Penktadienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti makaronai(tausojantis) (G)*	PV-40	150.00	5.4	0.15	37.9	175
Troškintos daržovės (tausojantis) (augalinis)	D003	120.00	1.86	5.04	10.39	94
Trinta varškė su grietine (30 proc.) ir uogomis (P)*	V017	50.00	5.92	5.49	4.36	91
Apelsinai(augalinis)	VS-1	70.00	0.56	0.14	7.7	34
Arbatžolių arbata (mėtų, ramunėlių, čiobrelių, juodoji)	GR-20	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			13.74	10.82	60.35	394

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba (tausojantis) (augalinis) (G)*	Sr007	100.00	0.69	1.06	5.5	34
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
Šilkiniaiemenkės kukuliaisūrio padaže (tausojantis) (G, K, P, Ž)*	9-8/167T 10NK	80.00	13.2	8.27	6.46	153
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	1.66	1.91	4.2	41
Stalo vanduo paskanintas citrina	GR-22/a	150.00	0.05	0.03	0.69	3
Iš viso:			22.66	24.43	53.79	526

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų rizotas (tausojantis) (G, P,)*	3-3/8TPcV 10N	180.00	8.73	12.55	37.07	296
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 10N	60.00	0.66	0.21	2.97	16
Kmyną arba kinrožių arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			9.39	12.76	40.05	313
Iš viso (dienos davinio):			45.79	48.01	154.19	1232

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

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazija (Dokumentas: 4-6 m. 15 d. valgiaraštus)

Direktorė Ugnė Beinarytė

2 Savaitė, Pirmadienis



Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti kiaušiniai (tausojantis) (K)*	Ki002	60.00	7.38	7.02	0.42	94
Viso grūdo 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 25g	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Obuoliai(augalinis)	VS-3	70.00	0.28	0.28	9.1	40
Arbatžolių arbata (mėtų, ramunėlių, čiobrelių, juodoji)	GR-20	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			18.21	16	27.1	325

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr017	150.00	1.56	2.19	7.59	56
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 (tausojantis) (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	4.85	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:			26.25	18.39	50.63	473

Vakarienė 15:30 - 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	1.64	1.72	2.16	31
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	40.00	0.44	0.28	6.32	30
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Bananai (augalinis)	VS-4	50.00	0.6	0.15	11.55	50
Iš viso:			2.68	2.15	20.04	110
Iš viso (dienos davinio):			47.14	36.54	97.77	909

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



Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepta pieniška avižinių dribsnių košė (tausojantis) (G, P)*	Kr026	140.00	7.47	7.71	23.75	194
Sumuštinis su fermentiniu sūriu (45 proc.) (P,)*	16-1/9V 10NF	40.00	6.19	8.23	7.41	128
Kriaušės	VS-2	70.00	0.28	0.21	9.38	41
Arbatžolių arbata (mėtų, ramunėlių, čiobrelėlių, juodoji)	GR-20	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			13.94	16.15	40.54	363

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, 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 (tausojantis) (G, K)*	P017	80.00	19.98	4.22	4.93	138
Grietinė lėš 30% ir sviesto 82% 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:			34.28	15.28	72.98	567

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, 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
Virtų burokėlių, obuolių ir morkų salotos su saulėgrąžomis (augalinis)	2-1/26A 10	60.00	1.67	4.28	6.74	72
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Bananai (augalinis)	VS-4	50.00	0.6	0.15	11.55	50
Iš viso:			10.51	25.18	25.77	372
Iš viso (dienos davinio):			58.73	56.61	139.29	1302

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



Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, 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%) ir žalumynais (tausojantis) (G, P,)*	U026	50.00	5.98	5.7	11.71	122
Mandarinai(augalinis)	VS-5	70.00	0.49	0.21	6.58	30
Arbatžolių arbata (mėtų, ramunėlių, čiobrelių, juodoji)	GR-20	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			11.77	11.09	49.28	344

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių-morkų sriuba(tausojantis),(augalinis),(ankštinis)	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	22.71	7.77	31.65	287
Virtų 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:			30.67	14.2	61.98	498

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, 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
Jogurtinė grietinė 10% (P)*	P06	20.00	0.6	2	0.8	24
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:			14.49	12.41	57.25	399
Iš viso (dienos davinio):			56.93	37.7	168.51	1241

* **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 gimnazija (Dokumentas: 4-6 m. 15 d. valgiaraštus)

Direktorė Ugnė Beinarytė

2 Savaitė, Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, 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
Arbatžolių arbata (mėtų, ramunėlių, čiobrelių, juodoji)	GR-20	150.00	0	0	0	0
Plėšomos sūrio dešrelės PIK-NIK 25g	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Iš viso:			15.95	10.37	61.36	403

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, 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	2.51	1.65	16.98	93
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:			18.63	12.89	55.3	412

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Vištienos file ir grkių blynėliai su petražolėmis (G, K)*	10-6/119GP 10N	150.00	22.61	19.37	19.1	341
Pomidorų padažas (augalinis) (tausojantis)	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
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			23.76	22.51	29.28	415
Iš viso (dienos davinio):			58.34	45.77	145.94	1229

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

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Jušų gimnazija (Dokumentas: 4-6 m. 15 d. valgiaraštus)

Direktorė Ugnė Beinarytė

2 Savaitė, Penktadienis



Pusryčiai 08:00 - 08:30 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	3.49	5.9	71
Apelsinai(augalinis)	VS-1	70.00	0.56	0.14	7.7	34
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			9.37	8.59	57.04	343

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (tausojantis),(ankštinis),(augalinis)	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	1.81	92
Grietinės 30% ir sviesto 82% 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
Morkų ir obuolių salotos su natūraliu jogurtu 3,8 proc. (P,)*	2-1/12 3	45.00	0.74	0.44	3.96	23
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 10N	40.00	0.44	0.14	1.98	11
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	GR-22/b	150.00	0.09	0.03	1.25	6
Iš viso:			26.76	21.42	58.42	534

Vakarienė 15:30 - 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	16.75	14.75	4.45	218
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 (augalinis)	VS-4	60.00	0.72	0.18	13.86	60
Arbatžolių arbata (mėtų, ramunėlių, čiobrelių, juodoji)	GR-20	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			19.87	15.44	31.27	344
Iš viso (dienos davinio):			56	45.45	146.73	1220

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



Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, 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
Kepti orkaitėje sumuštiniai su varške 9% ir obuoliais (tausojantis) (G, P)*	A16-1/4	60.00	5.33	3.03	15.45	110
Apelsinai(augalinis)	VS-1	70.00	0.56	0.14	7.7	34
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			13.95	9.68	50.88	346

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, 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	14.16	4.38	2.89	108
Bulvių - žirnelių košė (Tausojantis) (P)*		140.00	4.82	10.45	24.75	212
Virtų 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 apelsiniais	GR-22/b	150.00	0.09	0.03	1.25	6
Iš viso:			24.21	26.47	56.75	562

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, 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	140.00	4.76	3.5	6.86	78
Iš viso:			13.65	13.5	54.05	392
Iš viso (dienos davinio):			51.81	49.65	161.68	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 gimnazija (Dokumentas: 4-6 m. 15 d. valgiaraštus)

Direktorė Ugnė Beinarytė

3 Savaitė, Antradienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių košė 1(tausojantis) (P)*	Ga-13	160.00	5.51	3.75	30.27	177
Sumuštinis su fermentiniu sūriu (45 proc.) (P,)*	16-1/9V 10NF	40.00	6.19	8.23	7.41	128
Kriaušės	VS-2	70.00	0.28	0.21	9.38	41
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			11.98	12.19	47.07	346

Pietūs

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	18.6	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	10.04	12	3.78	163
Perlinis kuskusas (tausojantis)	Gr003	140.00	5.94	0.74	36.58	177
Baltagūžių kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis (augalinis)	S005	40.00	0.53	2.11	2.55	31
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 10N	30.00	0.33	0.11	1.49	8
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	GR-22/b	150.00	0.09	0.03	1.25	6
Iš viso:			22.41	17.64	68.62	523

Vakarienė 15:30 - 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 grietinėlės 35 proc. ir sviesto 82 proc. padažu (G, K, P)*	7-3/61TV 10NK35	120.00	13.84	20.78	27.65	353
Arbatžolių arbata (mėtų, ramunėlių, čiobrelėlių, juodoji)	GR-20	150.00	0	0	0	0
Plėšomos sūrio dešrelės PIK-NIK 25g	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Vaisių lėkštelė (Kriaušės, apelsinai, vynuogės)	Vais001	50.00	0.32	0.15	7	31
Iš viso:			21.66	25.93	35.15	461
Iš viso (dienos davinio):			56.05	55.76	150.84	1329

* **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 gimnazija (Dokumentas: 4-6 m. 15 d. valgiaraštus)

Direktorė Ugnė Beinarytė

3 Savaitė, Trečiadienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 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 (G, P)*	PV-10	200.00	7.76	8.2	33.04	237
Viso grūdo duona su sviestu 82 proc. ir virtu kiaušiniu (K, P)*	D01K03	48.00	4.08	4.71	12.96	111
Mandariniai(augalinis)	VS-5	70.00	0.49	0.21	6.58	30
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			12.33	13.12	52.59	378

Pietūs

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	2.51	2.19	20.13	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 blauzdėlių mėsa (Tausojantis)	10-8/156TGP 10NK04	50.00	19.65	6.26	0.99	139
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis) (G)*	3-5/105AT1	110.00	3.36	3.37	25.58	146
Kopūstų, paprikų, morkų ir žirnėlių salotos su aliejumi (augalinis)	Sal01	55.00	0.94	4.49	4.46	62
Stalo vanduo paskanintas braškėmis	GR-22/c	150.00	0.09	0.05	0.96	5
Iš viso:			28.1	17.58	60.77	514

Vakarienė 15:30 - 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	0.57	0.72	11
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	20.00	0.22	0.14	3.16	15
Bananai (augalinis)	VS-4	50.00	0.6	0.15	11.55	50
Arbatžolių arbata (mėtų, ramunėlių, čiobrelių, juodoji)	GR-20	150.00	0	0	0	0
Plėšomos sūrio dešrelės PIK-NIK 25g	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Iš viso:			18.22	17.79	59.4	471
Iš viso (dienos davinio):			58.65	48.49	172.76	1362

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

3 Savaitė, Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:00 - 08:30 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
Vynuogės (augalinis)	V05	70.00	0.49	0.28	12.32	54
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Kepti orkaitėje sumuštiniai su varške 9% ir obuoliais (tausojantis) (G, P)*	A16-1/4	40.00	3.55	2.02	10.3	74
Iš viso:			8.83	9.13	52.9	329

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis) (G)*	Sr012	150.00	2.24	1.97	17.18	95
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	Gr025	150.00	5.73	4.11	32.09	188
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 10N	75.00	0.83	0.26	3.71	21
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	GR-22/b	150.00	0.09	0.03	1.25	6
Iš viso:			21.15	12.39	67.92	468

Vakarienė 15:30 - 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% (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
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			22.86	18.05	36.2	399
Iš viso (dienos davinio):			52.84	39.57	157.02	1196

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

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazija (Dokumentas: 4-6 m. 15 d. valgiaraštus)

Direktorė Ugnė Beinarytė

3 Savaitė, Penktadienis



Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kiaušinių košė (tausojantis) (K, P) [*]	KI005	80.00	8.84	9.17	2.01	126
Viso grūdo 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 25g	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Apelsinai(augalinis)	VS-1	70.00	0.56	0.14	7.7	34
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			20.06	18.04	27.79	354

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių-pupelių-kopūstų sriuba su grietine 30%(tausojantis) (P) [*]	SR-6	150.00	3.06	5.56	12.72	113
Ruginė duona	GA-2/b	15.00	1.11	0.24	6.42	32
Orkaitėje kepta jūros lydeka (G, K, Ž) [*]	9-8/163T 4K	50.00	10.28	2.27	4.83	81
Bulvių - lęšių košė (P) [*]	5-3/4TGV 10NK	140.00	6.13	4.24	24.19	159
Grietinės 30% ir sviesto 82% padažas be cukraus (P) [*]	Pad01BC	15.00	0.32	9.92	0.42	92
Pekino kopūstų-porų-pomidorų salotos su saulėgrąžų aliejumi(augalinis)	GA-26	70.00	0.86	3.81	2.72	49
Stalo vanduo paskanintas citrina	GR-22/a	150.00	0.05	0.03	0.69	3
Iš viso:			21.81	26.07	51.99	530

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, 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)	Vais001	50.00	0.32	0.15	7	31
Iš viso:			13.81	12.69	47.15	358
Iš viso (dienos davinio):			55.68	56.8	126.93	1242

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