

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazija

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

(įstaigos pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

1-3 m.

(amžiaus grupė)



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	
Vanilinis kukurūzų pudingas (tausojantis) (P)*	3-3/4TGV 10N	150.00	5.42	5.1	30.22	188
Plėšomos sūrio dešrelės PIK-NIK 25g	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Arbatžolių arbata (mėtų, ramunėlių, čiobrelių, juodoji)	GR-20	100.00	0	0	0	0
Obuoliai(augalinis)	VS-3	50.00	0.2	0.2	6.5	29
Iš viso:			13.12	10.3	37.22	294

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių (šaldytų daržovių mišinys) sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr010	100.00	1.16	1.06	5.56	36
Grietinė 30% (P)*	PD-14	2.00	0.05	0.6	0.06	6
Ruginė duona	GA-2/b	15.00	1.11	0.24	6.42	32
Orkaitėje kepta vištienos blauzdelių mėsa (Tausojantis)	10-8/156TGP 10NK04	60.00	23.58	7.51	1.19	167
Rausvasis padažas (G, P)*	PadR01	10.00	0.37	0.37	1.43	11
Bulvių košė (tausojantis) (P)*	GA-37	120.00	2.72	3.54	20.02	123
Morkų ir obuolių salotos su natūraliu jogurtu 3,8 proc. (P,)*	2-1/12 3	40.00	0.66	0.39	3.52	20
Švieži pomidorai(augalinis)	GA-28	15.00	0.15	0.03	0.62	3
Švieži agurkai(augalinis)	GA-20	10.00	0.08	0.02	0.23	1
Stalo vanduo paskanintas citrina	GR-22/a	100.00	0.03	0.02	0.46	2
Iš viso:			29.91	13.78	39.51	402

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	
Varškės apkepas(tausojantis) (G, K, P)*	PV-32	140.00	18.1	13.4	24.1	289
Jogurtinė grietinė 10% (P)*	P06	10.00	0.3	1	0.4	12
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	35.00	0.39	0.25	5.53	26
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			18.79	14.65	30.04	327
Iš viso (dienos davinio):			61.82	38.73	106.77	1023

* **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: 1-3 m. 15 d. valgiarastis)

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	120.00	4.57	12.61	25.25	233
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	10.00	0.11	0.07	1.58	7
Natūralus jogurtas 3,8 proc. (P,)*	J01	125.00	5.42	4.75	6	88
Arbatžolių arbata (mėtų, ramunėlių, čiobrelių, juodoji)	GR-20	100.00	0	0	0	0
Iš viso:			10.1	17.43	32.83	329

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	100.00	1.67	1.1	11.32	62
Grietinė 30% (P)*	PD-14	2.00	0.05	0.6	0.06	6
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	150.00	11.21	4.75	18.27	161
Kopūstų, morkų ir paprikų salotos (Augalinis)	2-1/1AGPVVg 10N	50.00	0.52	1.66	3.57	31
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	GR-22/b	100.00	0.06	0.02	0.83	4
Kriaušės	VS-2	50.00	0.2	0.15	6.7	29
Iš viso:			14.82	8.52	47.17	325

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	100.00	7.5	3.08	46.85	245
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	30.00	0.33	0.21	4.74	22
Grietinė 30% (P)*	PD-14	10.00	0.24	3	0.31	29
Pienas 2,5% (P)*	GR-23	100.00	3.4	2.5	4.9	56
Iš viso:			11.47	8.79	56.8	352
Iš viso (dienos davinio):			36.39	34.74	136.8	1005

* **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.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų košė su sviestu (G, P)*	PV-13	120.00	3.18	4.38	17.34	122
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	15.00	0.17	0.11	2.37	11
Sumuštinis su fermentiniu sūriu (45 proc.) (P,)*	16-1/9V 10NF	40.00	6.19	8.23	7.41	128
Obuoliai(augalinis)	VS-3	50.00	0.2	0.2	6.5	29
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			9.74	12.92	33.63	290

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lešių sriuba su morkomis (tausojantis) (augalinis)	Sr026	100.00	3.31	0.44	11.39	63
Grietinė 30% (P)*	PD-14	2.00	0.05	0.6	0.06	6
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	10.00	0.36	0.58	0.81	10
Grikių košė(tausojantis) (P)*	GA-13	120.00	4.15	3.72	22.7	141
Burokėlių salotos su aliejumi(augalinis),(tausojantis)	GA-17	40.00	0.66	2.3	3.92	39
Švieži agurkai(augalinis)	GA-20	10.00	0.08	0.02	0.23	1
Švieži pomidorai(augalinis)	GA-28	10.00	0.1	0.02	0.41	2
Stalo vanduo paskanintas agurkais	GR-22/g	100.00	0.04	0.01	0.11	1
Iš viso:			22.35	10.57	49.13	381

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	140.00	11.43	11.04	25.88	249
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	30.00	0.33	0.21	4.74	22
Natūralus jogurtas 3,8 proc. (P,)*	J01	15.00	0.65	0.57	0.72	11
Arbatžolių arbata (mėtų, ramunėlių, čiobrelėlių, juodoji)	GR-20	100.00	0	0	0	0
Iš viso:			12.41	11.82	31.34	281
Iš viso (dienos davinio):			44.5	35.31	114.1	952

* **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.	Išeiša, 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	60.00	7.35	8.9	3.43	123
Ruginė duona	GA-2/b	15.00	1.11	0.24	6.42	32
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
Vynuogės (augalinis)	V05	50.00	0.35	0.2	8.8	38
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			16.64	14.45	20.65	279

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žalių žirnelių sriuba (ankštinis),(augalinis),(tausojantis)	SR-25	100.00	4.42	1.61	15.93	96
Grietinė 30% (P) *	PD-14	2.00	0.05	0.6	0.06	6
Kiaulienos kukuliai su rausvuuju padažu (Tausojantis) (G, K, P) *	11-7/139T 10 NK	60.00	8.84	3.64	4.61	87
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	70.00	0.74	4.63	2.58	55
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	GR-22/b	100.00	0.06	0.02	0.83	4
Iš viso:			20.05	11.24	60.59	424

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša, 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	100.00	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):			47.58	38.63	144.44	1116

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

Jurbarko r. Veliunos Antano ir Jono Juškų gimnazija (Dokumentas: 1-3 m. 15 d. valgiaraštis)

Direktorė Ugnė Beinarytė

1 Savaitė, Penktadienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti makaronai(tausojantis) (G)*	PV-40	80.00	2.88	0.08	20.21	93
Troškintos daržovės (tausojantis) (augalinis)	D003	100.00	1.55	4.2	8.66	79
Trinta varškė su grietine (30 proc.) ir uogomis (P)*	V017	50.00	5.92	5.49	4.36	91
Apelsinai(augalinis)	VS-1	50.00	0.4	0.1	5.5	25
Arbatžolių arbata (mėtų, ramunėlių, čiobrelių, juodoji)	GR-20	100.00	0	0	0	0
Iš viso:			10.75	9.87	38.73	287

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška, 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	2.00	0.05	0.6	0.06	6
Ruginė duona	GA-2/b	20.00	1.48	0.32	8.56	43
Šilkiniai aimentės kukuliaisūrio padaže (tausojantis) (G, K, P, Ž)*	9-8/167T 10NK	50.00	8.25	5.17	4.04	96
Bulvių - žirnelių košė (Tausojantis) (P)*		130.00	4.48	9.7	22.99	197
Burokėlių ir marinuotų agurkų salotos (augalinis)	2-1/6AGPPcVVg 10N	60.00	1.33	1.53	3.36	33
Stalo vanduo paskanintas citrina	GR-22/a	100.00	0.03	0.02	0.46	2
Iš viso:			16.31	18.4	44.97	411

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų rizotas (tausojantis) (G, P,)*	3-3/8TPcV 10N	140.00	6.79	9.76	28.83	230
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 10N	50.00	0.55	0.18	2.48	14
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			7.34	9.94	31.32	244
Iš viso (dienos davinio):			34.4	38.21	115.02	942

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

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazija (Dokumentas: 1-3 m. 15 d. valgiaraštis)

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	30.00	2.04	2.69	11.69	79
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	50.00	0.2	0.2	6.5	29
Arbatžolių arbata (mėtų, ramunėlių, čiobrelių, juodoji)	GR-20	100.00	0	0	0	0
Iš viso:			17.45	15.02	20.6	287

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	100.00	1.04	1.46	5.06	38
Grietinė 30% (P)*	PD-14	2.00	0.05	0.6	0.06	6
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	70.00	11.97	4.33	4.21	104
Bulvių - lęšių košė (P)*	5-3/4TGV 10NK	140.00	6.13	4.24	24.19	159
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	100.00	0.04	0.01	0.11	1
Iš viso:			21.2	14.69	42.77	388

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	100.00	1.26	1.32	1.66	24
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPvVg 10N	20.00	0.22	0.14	3.16	15
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Bananai (augalinis)	VS-4	50.00	0.6	0.15	11.55	50
Iš viso:			2.08	1.61	16.38	88
Iš viso (dienos davinio):			40.73	31.32	79.75	764

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

2 Savaitė, Antradienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepta pieniška avižinių dribsnių košė (tausojantis) (G, P)*	Kr026	110.00	5.87	6.06	18.66	153
Sumuštinis su fermentiniu sūriu (45 proc.) (P,)*	16-1/9V 10NF	40.00	6.19	8.23	7.41	128
Kriaušės	VS-2	60.00	0.24	0.18	8.04	35
Arbatžolių arbata (mėtų, ramunėlių, čiobrelėlių, juodoji)	GR-20	100.00	0	0	0	0
Iš viso:			12.3	14.47	34.11	316

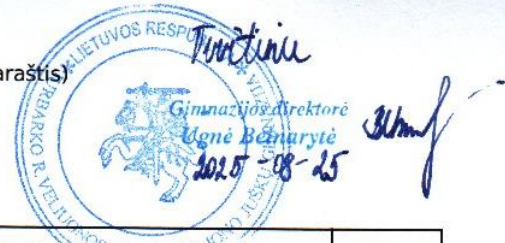
Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žalių žirnelių sriuba (ankštinis),(augalinis),(tausojantis)	SR-25	100.00	4.42	1.61	15.93	96
Ruginė duona	GA-2/b	15.00	1.11	0.24	6.42	32
Grietinė 30% (P)*	PD-14	2.00	0.05	0.6	0.06	6
Orkaitėje keptas vištienos maltinukas (tausojantis) (G, K)*	P017	60.00	14.99	3.17	3.7	103
Grietinės 30% ir sviesto 82% padažas be cukraus (P)*	Pad01BC	10.00	0.21	6.61	0.28	61
Perlinis kuskusas(tausojantis),(augalinis)	GA-32	100.00	4.24	0.53	26.12	126
Švieži agurkai(augalinis)	GA-20	30.00	0.24	0.06	0.69	4
Švieži pomidorai(augalinis)	GA-28	30.00	0.3	0.06	1.23	7
Stalo vanduo paskanintas braškėmis	GR-22/c	100.00	0.06	0.03	0.64	3
Iš viso:			25.62	12.91	55.07	439

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga, 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	150.00	7.27	18.31	6.59	220
Virtų burokėlių, obuolių ir morkų salotos su saulėgrąžomis (augalinis)	2-1/26A 10	50.00	1.39	3.56	5.61	60
Kmyną arba kinrožių arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Bananai (augalinis)	VS-4	50.00	0.6	0.15	11.55	50
Iš viso:			9.26	22.02	23.76	330
Iš viso (dienos davinio):			47.18	49.4	112.94	1085

* **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.	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	120.00	4.24	4.14	24.79	153
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	60.00	0.42	0.18	5.64	26
Arbatžolių arbata (mėtų, ramunėlių, čiobrelių, juodoji)	GR-20	100.00	0	0	0	0
Iš viso:			10.64	10.02	42.14	301

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių-morkų sriuba(tausojantis),(augalinis),(ankštinis)	SR-27	100.00	3.66	1.59	12.54	79
Grietinė 30% (P)*	PD-14	2.00	0.05	0.6	0.06	6
Ruginė duona	GA-2/b	15.00	1.11	0.24	6.42	32
Plovas su vištiena (Tausojantis)	P023	140.00	19.87	6.8	27.69	251
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	100.00	0.04	0.01	0.11	1
Iš viso:			25.96	12.12	51.66	420

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	
Viso grūdo lietiniai blynai (G, K)*	6-6/124PV 10SK	100.00	6.42	4.91	32.91	202
Jogurtinė grietinė 10% (P)*	P06	20.00	0.6	2	0.8	24
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	30.00	0.33	0.21	4.74	22
Pienas 2,5% (P)*	GR-23	100.00	3.4	2.5	4.9	56
Iš viso:			10.75	9.62	43.35	303
Iš viso (dienos davinio):			47.35	31.76	137.15	1024

* **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: 1-3 m. 15 d. valgiaraštis)

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	115.00	4.27	1.61	26.88	139
Viso grūdo duona su sviestu 82 proc. ir pomidoru (P)*	D01K02	48.00	2.39	2.99	13.48	90
Vynuogės (augalinis)	V05	50.00	0.35	0.2	8.8	38
Arbatžolių arbata (mėtų, ramunėlių, čiobrelių, juodoji)	GR-20	100.00	0	0	0	0
Plėšomos sūrio dešrelės PIK-NIK 25g	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Iš viso:			14.51	9.8	49.66	345

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	100.00	1.67	1.1	11.32	62
Ruginė duona	GA-2/b	20.00	1.48	0.32	8.56	43
Bulvių plokštainis su vištiena (P)*	AP-2	130.00	11.62	4.06	21.59	169
Grietinė 30% (P)*	PD-14	15.00	0.36	4.5	0.47	44
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 10N	50.00	0.55	0.18	2.48	14
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	GR-22/b	100.00	0.06	0.02	0.83	4
Iš viso:			15.74	10.18	45.25	336

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	120.00	18.09	15.5	15.28	273
Pomidorų padažas (augalinis) (tausojantis)	14-3/1ATGPVVg 10N	20.00	0.31	1.91	1.39	24
Švieži agurkai (augalinis)	GA-20	50.00	0.4	0.1	1.15	7
Kriaušės	VS-2	50.00	0.2	0.15	6.7	29
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			19	17.66	24.53	333
Iš viso (dienos davinio):			49.25	37.64	119.44	1014

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

Jurbarko r. Veliunos Antano ir Jono Juškų gimnazija (Dokumentas: 1-3 m. 15 d. valgiaraštis)

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	120.00	3.84	3.97	34.74	190
Natūralus jogurtas su trintomis braškėmis (P,)*	J02	100.00	4.01	3.49	5.9	71
Apelsinai(augalinis)	VS-1	50.00	0.4	0.1	5.5	25
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			8.25	7.56	46.15	286

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	100.00	4.99	1.63	15.93	98
Grietinė 30% (P)*	PD-14	2.00	0.05	0.6	0.06	6
Keptas orkaitėje žuvies (jūros lydeka) paplotėlis (tausojantis) (K, Ž)*	9-8/163T 4	60.00	10.65	2.33	1.36	69
Grietinė 30% ir sviesto 82% padažas be cukraus (P)*	Pad01BC	10.00	0.21	6.61	0.28	61
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	40.00	0.66	0.39	3.52	20
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 10N	35.00	0.39	0.12	1.73	10
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	GR-22/b	100.00	0.06	0.02	0.83	4
Iš viso:			20.42	16.13	48.73	422

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	120.00	14.36	12.64	3.81	186
Ruginė duona	GA-2/b	20.00	1.48	0.32	8.56	43
Švieži pomidorai(augalinis)	GA-28	50.00	0.5	0.1	2.05	11
Bananai (augalinis)	VS-4	50.00	0.6	0.15	11.55	50
Arbatžolių arbata (mėtų, ramunėlių, čiobrelių, juodoji)	GR-20	100.00	0	0	0	0
Iš viso:			16.94	13.21	25.97	291
Iš viso (dienos davinio):			45.61	36.9	120.85	998

* **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: 1-3 m. 15 d. valgiaraštis)

Direktorė Ugnė Beinarytė

3 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	
Avižinių kruopų košė su sviestu (82 proc.), sėlenomis ir uogomis (tausojantis) (G, P)*	Kr011	120.00	5.37	4.34	18.48	134
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	50.00	0.4	0.1	5.5	25
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			11.1	7.47	39.44	269

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	100.00	1.39	4.53	8.84	82
Grietinė 30% (P)*	PD-14	2.00	0.05	0.6	0.06	6
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)*		110.00	3.79	8.21	19.45	167
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 apelsiniais	GR-22/b	100.00	0.06	0.02	0.83	4
Iš viso:			22.16	20.94	45.47	459

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	80.00	6.18	7.09	30.3	210
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	25.00	0.28	0.18	3.95	19
Pienas 2,5% (P)*	GR-23	100.00	3.4	2.5	4.9	56
Iš viso:			9.86	9.77	39.15	284
Iš viso (dienos davinio):			43.12	38.18	124.06	1012

* **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: 1-3 m. 15 d. valgiaraštis)

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	130.00	4.48	3.05	24.59	144
Sumuštinis su fermentiniu sūriu (45 proc.) (P,)*	16-1/9V 10NF	40.00	6.19	8.23	7.41	128
Kriaušės	VS-2	50.00	0.2	0.15	6.7	29
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			10.87	11.43	38.71	301

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	100.00	3.11	1.06	12.4	72
Grietinė 30% (P)*	PD-14	2.00	0.05	0.6	0.06	6
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	100.00	4.24	0.53	26.13	126
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	20.00	0.22	0.07	0.99	5
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	GR-22/b	100.00	0.06	0.02	0.83	4
Iš viso:			18.99	16.55	51.02	429

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 grietinės 35 proc. ir sviesto 82 proc. padažu (G, K, P)*	7-3/61TV 10NK35	100.00	11.53	17.32	23.04	294
Arbatžolių arbata (mėtų, ramunėlių, čiobrelių, juodoji)	GR-20	100.00	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:			19.35	22.47	30.54	402
Iš viso (dienos davinio):			49.21	50.45	120.27	1132

* **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: 1-3 m. 15 d. valgiaraštis)

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
Mandarinai(augalinis)	VS-5	50.00	0.35	0.15	4.7	22
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			12.19	13.06	50.71	369

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	100.00	1.67	1.46	13.42	74
Grietinė 30% (P)*	PD-14	2.00	0.05	0.6	0.06	6
Ruginė duona	GA-2/b	20.00	1.48	0.32	8.56	43
Orkaitėje kepta vištienos blauzdelių 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	90.00	2.75	2.76	20.93	120
Kopūstų, paprikų, morkų ir žirnelių salotos su aliejumi (augalinis)	Sal01	50.00	0.85	4.08	4.05	56
Stalo vanduo paskanintas braškėmis	GR-22/c	100.00	0.06	0.03	0.64	3
Iš viso:			26.51	15.51	48.65	440

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	100.00	7.71	9.94	36.23	265
Natūralus jogurtas 3,8 proc. (P,)*	J01	15.00	0.65	0.57	0.72	11
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	15.00	0.17	0.11	2.37	11
Bananai (augalinis)	VS-4	50.00	0.6	0.15	11.55	50
Arbatžolių arbata (mėtų, ramunėlių, čiobrelėlių, juodoji)	GR-20	100.00	0	0	0	0
Plėšomos sūrio dešrelės PIK-NIK 25g	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Iš viso:			16.63	15.77	51.37	414
Iš viso (dienos davinio):			55.33	44.34	150.73	1223

* **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: 1-3 m. 15 d. valgiaraštis)

Direktorė Ugnė Beinarytė

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	115.00	3.67	5.24	23.21	155
Vynuogės (augalinis)	V05	50.00	0.35	0.2	8.8	38
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	100.00	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:			7.57	7.46	42.32	267

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	100.00	1.49	1.31	11.45	64
Grietinė 30% (P)*	PD-14	2.00	0.05	0.6	0.06	6
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	100.00	3.82	2.74	21.39	126
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	100.00	0.06	0.02	0.83	4
Iš viso:			18.27	10	50.3	364

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	140.00	18.1	13.4	24.1	289
Jogurtinė grietinė 10% (P)*	P06	15.00	0.45	1.5	0.6	18
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	30.00	0.33	0.21	4.74	22
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			18.88	15.11	29.45	329
Iš viso (dienos davinio):			44.72	32.57	122.07	960

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

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazija (Dokumentas: 1-3 m. 15 d. valgiaraštis)

Direktorė Ugnė Beinarytė

3 Savaitė, Penktadienis

Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Kiaušinių košė (tausojantis) (K, P)*	Ki005	60.00	6.63	6.88	1.51	94
Viso grūdo duona su sviestu 82 proc. (P)*	D01K01	30.00	2.04	2.69	11.69	79
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
Apelsinai(augalinis)	VS-1	50.00	0.4	0.1	5.5	25
Kmynų arba kinrožių arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			16.9	14.78	20.7	283

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga, 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	100.00	2.04	3.71	8.48	75
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	100.00	4.38	3.03	17.28	114
Grietinė 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	55.00	0.68	2.99	2.14	38
Stalo vanduo paskanintas citrina	GR-22/a	100.00	0.03	0.02	0.46	2
Iš viso:			18.84	22.18	40.03	435

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga, 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	130.00	7.27	7.62	28.43	211
Pienas 2,5% (P)*	GR-23	100.00	3.4	2.5	4.9	56
Vaisių lėkštelė (Kriaušės, apelsinai, vynuogės)	Vais001	50.00	0.32	0.15	7	31
Iš viso:			10.99	10.27	40.33	298
Iš viso (dienos davinio):			46.73	47.23	101.06	1016

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