

## Jurbarko r. Veliunos 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)

1-3 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)	3-3/4TGV 10N	150.00	5.42	5.1	30.22	188
Plėšomos sūrio dešrelės PIK-NIK	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Kinrozės arbata	GR-20	100.00	0	0	0	0
Obuoliai	VS-3	50.00	0.2	0.2	6.5	29
Iš viso:			13.12	10.3	37.22	294

**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	100.00	1.16	1.06	5.57	36
Grietinė 30%	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	10-8/156TGP 10NK04	60.00	23.58	7.51	1.19	167
Rausvasis padažas	PadR01	10.00	0.37	0.37	1.43	11
Bulvių košė(tausojantis)	GA-37	120.00	2.72	3.54	20.02	123
Morkų ir obuolių salotos su natūraliu jogurtu (3,8 proc.)	2-1/12 3	40.00	0.66	0.47	3.52	21
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	13.86	39.52	402

**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)	PV-32	140.00	18.1	13.4	24.1	289
Jogurtinė grietinė (10 proc.)	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
Kinrozės arbata	GR-20	100.00	0	0	0	0
Iš viso:			18.79	14.65	30.03	327
Iš viso (dienos davinio):			61.82	38.81	106.77	1024

Jurbarko r. Veliunos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Klausučių Stasio Santvaro skyrius (Dokumentas: 1-3 m. 15 d.  
Perspektyvinis valgiaraštis)

Direktorė, Ugnė Beinarytė

**1 Savaitė, Antradienis**

**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	
Kokosinė avižinių dribsnių košė (augalinis) (tausojnatis)	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.)	J01	125.00	5.42	6	6	100
Kmynų arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			10.1	18.68	32.84	340

**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	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	Sr009	100.00	1.65	1.1	11.25	62
Ruginė duona	GA-2/b	15.00	1.11	0.24	6.42	32
Grietinė 30%	PD-14	2.00	0.05	0.6	0.06	6
Makaronai su malta vištiena ir daržovėmis (tausojantis)	6-8/164T 10S	150.00	11.16	4.7	18.27	160
Kopūstų, morkų ir paprikų salotos (Augalinis)	2-1/1AGPVVg 10N	50.00	0.49	1.65	3.29	30
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:			14.72	8.46	46.82	322

**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	
Skryliai(tausojantis)	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%	PD-14	10.00	0.24	3	0.31	29
Pienas 2,5%	GR-23	100.00	3.4	2.5	4.9	56
Iš viso:			11.47	8.79	56.8	352
Iš viso (dienos davinio):			36.29	35.93	136.46	1014

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)	PV-13	120.00	4.81	5.19	24.13	162
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	15.00	0.17	0.11	2.37	11
Viso grūdo sumuštiniai su fermentiniu sūriu (45 proc.)	16-1/9V 10NF	40.00	6.21	8.24	7.41	129
Obuoliai	VS-3	50.00	0.2	0.2	6.5	29
Kmynų arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			11.39	13.74	40.42	331

**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)	SR-28	100.00	4.89	2.45	14.74	101
Grietinė 30%	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	P017	50.00	12.52	2.5	3.07	85
Baltas padažas	Pad04	10.00	0.36	0.58	0.81	10
Grikių košė(tausojantis)	GA-13	120.00	4.15	3.72	22.7	141
Burokėlių salotos su aliejumi(tausojantis, augalinis)	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:			23.96	12.44	52.47	418

**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	6-6/124PV 10SK	140.00	8.99	6.87	46.07	282
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	30.00	0.33	0.21	4.74	22
Natūralus Jogurtas (3,8 proc.)	J01	15.00	0.65	0.72	0.72	12
Kinrozės arbata	GR-20	100.00	0	0	0	0
Iš viso:			9.97	7.8	51.53	316
Iš viso (dienos davinio):			45.32	33.98	144.42	1065

Direktorė, Ugnė Beinarytė

**1 Savaitė, Ketvirtadienis**

**Pusryčiai 08:30 - 09:00 val.**



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Orkaitėje keptas omletas su fermentiniu sūriu (tausojantis)	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	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Vynuogės (augalinis)	V05	50.00	0.35	0.2	8.8	38
Kmynų arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			16.64	14.45	20.65	279

**Pietūs 12:15 - 12:45 val.**

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	100.00	4.42	1.61	15.93	96
Grietinė 30%	PD-14	2.00	0.05	0.6	0.06	6
Kiaulienos kukuliai su rausvuuju padažu (tausojantis)	11-7/139T 10 NK	60.00	8.84	3.64	4.61	87
Perlinis kuskusas(tausojantis),(augalinis)	GA-32	140.00	5.94	0.74	36.57	177
Pekino kopūstų salotos su pomidorais, agurkais, 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	60.58	424

**Vakariėnė 15:40 - 16:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklindžiai	PV-39	120.00	9.25	11.93	43.47	318
Natūralus Jogurtas (3,8 proc.)	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
Kinrozės arbata	GR-20	100.00	0	0	0	0
Bananai	VS-4	50.00	0.6	0.15	11.55	50
Iš viso:			10.78	12.98	59.69	399
Iš viso (dienos davinio):			47.47	38.67	140.92	1102

Jurbarko r. Veliunos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Klausučių Stasio Santvaro skyrius (Dokumentas: 1-3 m. 15 d.  
 Perspektyvinis valgiaraštis)

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)	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 (9 proc.) su grietine (30 proc.) ir uogomis	V017	50.00	5.91	5.47	4.21	90
Apelsinai	VS-1	50.00	0.4	0.1	5.5	25
Kmynų arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			10.74	9.85	38.59	286

**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	
Rūgštynių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr007	100.00	0.69	1.06	5.51	34
Grietinė 30%	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 menkės kukuliai sūrio padaže (tausojantis)	9-8/167T 10NK	50.00	8.7	5.21	4.08	98
Bulvių - žirnelių košė (tausojantis)		130.00	4.48	9.7	22.99	197
Burokėlių ir marinuotų agurkų salotos(augalinis)	2-1/6AGPPcVVg 10N	60.00	0.55	0.03	2.99	14
Stalo vanduo paskanintas citrina	GR-22/a	100.00	0.03	0.02	0.46	2
Iš viso:			15.98	16.94	44.65	395

**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)	3-3/8TPcV 10N	140.00	6.8	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 arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			7.35	9.94	31.32	244
Iš viso (dienos davinio):			34.07	36.73	114.56	925

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Klausučių Stasio Santvaro skyrius (Dokumentas: 1-3 m. 15 d.  
Perspektyvinis valgiaraštis)

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	KI002	60.00	7.38	7.02	0.42	94
Duona su sviestu (82 proc)	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	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Obuoliai	VS-3	50.00	0.2	0.2	6.5	29
Kinrozės arbata	GR-20	100.00	0	0	0	0
Iš viso:			17.45	15.02	20.6	287

**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	100.00	0.97	1.44	4.83	36
Grietinė 30%	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)	10-5/100TGP 10NK	70.00	11.97	4.33	4.21	104
Bulvių - lęšių košė	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	100.00	0.04	0.01	0.11	1
Iš viso:			21.13	14.69	42.54	387

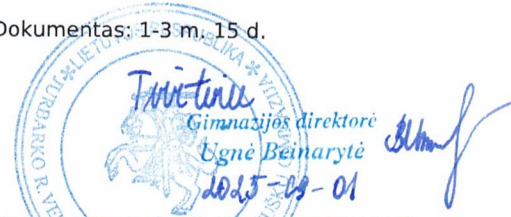
**Vakarienė 15:40 - 16:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės blynėliai	7-6/100V 10S	100.00	12.61	13.2	16.6	236
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	20.00	0.22	0.14	3.16	15
Kmylių arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Bananai	VS-4	50.00	0.6	0.15	11.55	50
Iš viso:			13.43	13.49	31.32	300
Iš viso (dienos davinio):			52.01	43.2	94.46	975

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Klausučių Stasio Santvaro skyrius (Dokumentas: 1-3 m. 15 d.  
Perspektyvinis valgiaraštis)

Direktorė, Ugnė Beinarytė

**2 Savaitė, Antradienis**



**Pusryčiai 08:30 - 09:00 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)	Kr026	110.00	5.87	6.06	18.65	153
Viso grūdo sumuštiniai su fermentiniu sūriu (45 proc.)	16-1/9V 10NF	40.00	6.21	8.24	7.41	129
Kriaušės	VS-2	60.00	0.24	0.18	8.04	35
Kmynų arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			12.32	14.48	34.11	316

**Pietūs 12:15 - 12:45 val.**

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	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%	PD-14	2.00	0.05	0.6	0.06	6
Orkaitėje keptas vištienos maltinukas	P017	60.00	15.02	3	3.69	102
Grietinėlės (30 proc.) ir sviesto (82 proc.) padažas be cukraus	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:			25.65	12.74	55.06	438

**Vakarienė 15:40 - 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)	5-5/3ATVVgGP10N	150.00	7.27	18.31	6.59	220
Morkų salotos su saulėgrąžomis ir aliejumi (augalinis)	S020	50.00	0.91	4.78	4.29	64
Kmynų arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Bananai	VS-4	50.00	0.6	0.15	11.55	50
Iš viso:			8.78	23.24	22.44	334
Iš viso (dienos davinio):			46.75	50.46	111.61	1088



Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Klausučių Stasio Santvaro skyrius (Dokumentas: 1-3 m./15 d.  
Perspektyvinis valgiaraštis)

Direktorė, Ugnė Beinarytė

**2 Savaitė, Trečiadienis**



**Pusryčiai 08:30 - 09:00 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)	3-3/13TGV 10N	120.00	4.24	4.14	24.79	153
Karštas sumuštinis su pomidorų padažu, pomidorais, fermentiniu sūriu (45 proc.) ir žalumynais (tausojantis)	U026	50.00	6.11	5.18	11.65	118
Mandarinai	VS-5	60.00	0.42	0.18	5.64	26
Kmyną arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			10.77	9.5	42.09	297

**Pietūs 12:15 - 12:45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių-morkų sriuba(ankštinis),(tausojantis),(augalinis)	SR-27	100.00	3.66	1.59	12.54	79
Grietinė 30%	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	19.88	6.8	27.71	252
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	100.00	0.04	0.01	0.11	1
Iš viso:			25.97	12.12	51.68	420

**Vakarienė 15:40 - 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	6-6/124PV 10SK	100.00	6.42	4.91	32.91	202
Natūralus Jogurtas (3,8 proc.)	J01	20.00	0.87	0.96	0.96	16
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	30.00	0.33	0.21	4.74	22
Pienas 2,5%	GR-23	100.00	3.4	2.5	4.9	56
Iš viso:			11.02	8.58	43.51	295
Iš viso (dienos davinio):			47.76	30.2	137.28	1012



**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)	Kr006	115.00	4.27	1.61	26.88	139
Viso grūdo duona su sviestu 82 proc. ir pomidoru	D01K02	48.00	2.39	2.99	13.48	90
Vynuogės (augalinis)	V05	50.00	0.35	0.2	8.8	38
Kmyną arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Plėšomos sūrio dešrelės PIK-NIK	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Iš viso:			14.51	9.8	49.67	345

**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)	Sr009	100.00	1.65	1.1	11.25	62
Ruginė duona	GA-2/b	20.00	1.48	0.32	8.56	43
Bulvių plokštainis su vištiena	AP-2	130.00	11.62	4.06	21.59	169
Grietinė 30%	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:			15.72	10.18	45.18	335

**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	10-6/119GP 10N	120.00	18.09	15.5	15.27	273
Pomidorų padažas (augalinis) (Tausojnatis)	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
Kinrožės arbata	GR-20	100.00	0	0	0	0
Iš viso:			19	17.66	24.51	333
Iš viso (dienos davinio):			49.23	37.64	119.36	1013

**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)	3-3/18TV 10N	120.00	3.84	3.97	34.74	190
Natūralus jogurtas su trintomis braškėmis	J02	100.00	4.01	4.39	5.9	79
Apelsinai	VS-1	50.00	0.4	0.1	5.5	25
Kinrožės arbata	GR-20	100.00	0	0	0	0
Iš viso:			8.25	8.46	46.14	294

**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	100.00	4.99	1.63	15.93	98
Grietinė 30%	PD-14	2.00	0.05	0.6	0.06	6
Keptas orkaitėje žuvies (jūros lydeka) paplotėlis (tausojantis)	9-8/163T 4	60.00	10.65	2.33	1.38	69
Grietinė (30 proc.) ir sviesto (82 proc.) padažas be cukraus	Pad01BC	10.00	0.21	6.61	0.28	61
Bulvių košė(tausojantis)	GA-37	150.00	3.41	4.43	25.02	154
Virų burokėlių, obuolių ir morkų salotos su saulėgrąžomis (augalinis)	2-1/26A 10	40.00	1.11	2.85	4.49	48
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 10N	35.00	0.39	0.12	1.73	10
Stalo vanduo paskanintas agurkais	GR-22/g	100.00	0.04	0.01	0.11	1
Iš viso:			20.85	18.58	49	447

**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)	5	120.00	14.63	12.68	4.8	192
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	VS-4	50.00	0.6	0.15	11.55	50
Kinrožės arbata	GR-20	100.00	0	0	0	0
Iš viso:			17.21	13.25	26.96	296
Iš viso (dienos davinio):			46.31	40.29	122.1	1036

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Klausučių Stasio Santvaro skyrius (Dokumentas: 1-3 m. 15 d. Perspektyvinis valgiaraštis)

Direktorė, Ugnė Beinarytė

**3 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	
Avižinių kruopų košė su sviestu (82 proc.) sėlenomis ir uogomis (tausojantis)	Kr011	120.00	5.37	4.34	18.48	134
Orkaitėje kepti sumuštiniai su varške (9proc.) r obuoliais (tausojantis)	A16-1/4	60.00	5.47	2.42	15.33	105
Apelsinai	VS-1	50.00	0.4	0.1	5.5	25
Kmynų arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			11.24	6.86	39.32	264

**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	
Kopūstų-morkų bulvių sriuba(tausojantis)	SR-7	100.00	1.39	4.53	8.84	82
Grietinė 30%	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)	10-7/143T4	50.00	14.17	4.38	2.92	108
Bulvių - žirnelių košė (tausojantis)		110.00	3.79	8.21	19.45	167
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 apelsiniais	GR-22/b	100.00	0.06	0.02	0.83	4
Iš viso:			22.17	20.94	45.5	459

**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	
Pieno pagrindu mieliniai blynai	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%	GR-23	100.00	3,4	2,5	4,9	56
Iš viso:			9.86	9.77	39.15	284
Iš viso (dienos davinio):			43.27	37.57	123.97	1007

Jurbarko r. Veliunos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Klausučių Stasio Santvaro skyrius (Dokumentas: 1-3 m. 15 d.  
Perspektyvinis valgiaraštis)

Direktorė, Ugnė Beinarytė

**3 Savaitė, Antradienis**

**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	
Grikių košė(tausojantis)	GA-13	130.00	4.49	4.03	24.59	153
Viso grūdo sumuštiniai su fermentiniu sūriu (45 proc.)	16-1/9V 10NF	40.00	6.21	8.24	7.41	129
Kriaušės	VS-2	50.00	0.2	0.15	6.7	29
Kmynų arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			10.9	12.42	38.71	310

**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	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	Sr004	100.00	3.11	1.06	12.41	72
Grietinė 30%	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	10.06	9.22	4.06	139
Perlinis kuskusas(tausojantis),(augalinis)	GA-32	100.00	4.24	0.53	26.12	126
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	20.00	0.22	0.07	0.99	5
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	GR-22/b	100.00	0.06	0.02	0.83	4
Iš viso:			19.01	13.77	51.27	405

**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	
Tradiciniai virti varškėčiai su grietinėlės (35 proc.) ir sviesto (82 proc.) padažu (tausojantis)	7-3/61TV 10NK35	100.00	13.55	6.59	27.4	223
Vaisių lėkštelė (Kriaušės, apelsinai, vynuogės)	V001	50.00	0.32	0.15	7	31
Kmynų arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Plėšomos sūrio dešrelės PIK-NIK	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Iš viso:			21.37	11.74	34.91	331
Iš viso (dienos davinio):			51.28	37.93	124.89	1046

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Klausučių Stasio Santvaro skyrius (Dokumentas: 1-3 m. 15 d.  
Perspektyvinis valgiaraštis)

Direktorė, Ugnė Beinarytė

**3 Savaitė, Trečiadienis**

**Pusryčiai 08:30 - 09:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieno pagrindu avižinių dribsnių košė su sviestu(tausojantis)	PV-10	200.00	9.41	9.41	38.35	276
Viso grūdo duona su sviestu 82 proc. ir virtu kiaušiniu	D01K03	48.00	4.09	4.72	12.97	111
Mandarinai	VS-5	50.00	0.35	0.15	4.7	22
Kmynų arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			13.85	14.28	56.03	408

**Pietūs 12:15 - 12:45 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sriuba su pomidorais (tausojantis) (augalinis)	Sr022	100.00	1.68	1.46	13.43	74
Grietinė 30%	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	10-8/156TGP 10NK04	50.00	19.65	6.26	0.99	139
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis) (augalinis)	3-5/105AT1	90.00	2.75	2.76	20.95	120
Kopūstų, paprikų, morkų, žirnelių salotos su aliejumi (augalinis)	Sal01	50.00	0.79	4.37	4.39	60
Stalo vanduo paskanintas braškėmis	GR-22/c	100.00	0.06	0.03	0.64	3
Iš viso:			26.46	15.8	49.02	444

**Vakarienė 15:40 - 16:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sklindžiai	PV-39	100.00	7.71	9.94	36.23	265
Natūralus Jogurtas (3,8 proc.)	J01	15.00	0.65	0.72	0.72	12
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	15.00	0.17	0.11	2.37	11
Bananai	VS-4	50.00	0.6	0.15	11.55	50
Kinrožės arbata	GR-20	100.00	0	0	0	0
Plėšomos sūrio dešrelės PIK-NIK	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Iš viso:			16.63	15.92	51.37	415
Iš viso (dienos davinio):			56.94	46	156.42	1267

**3 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 ryžių košė, paskaninta gabalėliu sviesto 82% ir uogomis (tausojantis)	Kr003	115.00	3.67	5.24	23.21	155
Orkaitėje kepti sumuštiniai su varške (9proc.) r obuoliais (tausojantis)	A16-1/4	40.00	3.65	1.61	10.22	70
Vynuogės (augalinis)	V05	50.00	0.35	0.2	8.8	38
Kinrozės arbata	GR-20	100.00	0	0	0	0
Iš viso:			7.67	7.05	42.23	263

**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	Sr014	100.00	1.5	1.33	11.46	64
Grietinė 30%	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)	11-7/139T 10K	60.00	10.17	3.93	3.82	91
Baltas padažas	Pad04	15.00	0.54	0.87	1.22	15
Virtos grikių kruopos su kepintomis morkomis ir svogūnais (augalinis)	Gr025	100.00	0.23	1.86	1.61	24
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:			14.69	9.14	30.53	263

**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)	PV-32	140.00	18.1	13.4	24.1	289
Jogurtinė grietinė (10 proc.)	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
Kinrozės arbata	GR-20	100.00	0	0	0	0
Iš viso:			18.88	15.11	29.44	329
Iš viso (dienos davinio):			41.24	31.3	102.2	855

**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	Ki005	60.00	6.63	6.88	1.51	94
Duona su sviestu (82 proc)	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	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Apelsinai	VS-1	50.00	0.4	0.1	5.5	25
Kmynų arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			16.9	14.78	20.7	283

**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)	SR-6(6-10;11-v)	100.00	1.78	3.44	7.1	66
Ruginė duona	GA-2/b	15.00	1.11	0.24	6.42	32
Orkaitėje kepta Jūros lydeka (tausojantis)	9-8/163T 4K	50.00	10.28	2.27	4.83	81
Grietinė (30 proc.) ir sviesto (82 proc.) padažas be cukraus	Pad01BC	15.00	0.32	9.92	0.42	92
Bulvių - lęšių košė	5-3/4TGV 10NK	100.00	4.38	3.04	17.28	114
Pekino kopūstų-porų-pomidorų salotos su saulėgrąžų aliejumi(augalinis)	GA-26	55.00	0.68	2.99	2.14	38
Stalo vanduo paskanintas agurkais	GR-22/g	100.00	0.04	0.01	0.11	1
Iš viso:			18.59	21.91	38.3	425

**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)	M011	130.00	7.27	7.62	28.43	211
Pienas 2,5%	GR-23	100.00	3.4	2.5	4.9	56
Vaisių lėkštelė (Kriaušės, apelsinai, vynuogės)	V001	50.00	0.32	0.15	7	31
Iš viso:			10.99	10.27	40.33	298
Iš viso (dienos davinio):			46.48	46.96	99.33	1006