

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Seredžiaus  
Stasio Šimkaus skyrius-daugiafunkcis centras

J. Marcinkevičiaus g. 2, Seredžiaus mstl. 74424, Jurbarko r.

(įstaigos pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

4-6 m.

(amžiaus grupė)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 07:30 iki 17:30 val.

Jurbarko r. Veliunos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Seredžiaus Stasio Šimkaus skyrius-daugiafunkcis centras (Dokumentas: 4-6 m. 15 d. Perspektyvinis valgiaraštis)

Direktorė, Ugnė Beinarytė

**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	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Kinrožės arbata	GR-20	150.00	0	0	0	0
Obuoliai	VS-3	70.00	0.28	0.28	9.1	40
Iš viso:			15.01	12.08	49.89	368

**Pietūs 12:00 - 12:30 val.**

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

**Vakarienė 15:30 - 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 proc.) (P,)*	P06	10.00	0.3	1	0.4	12
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	45.00	0.5	0.32	7.11	33
Kinrožės arbata	GR-20	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			22.77	17.59	36.78	397
Iš viso (dienos davinio):			74.1	47.73	141.47	1292

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

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Seredžiaus Stasio Šimkaus skyrius- daugiafunkcis centras (Dokumentas: 4-6 m. 15 d. Perspektyvinis valgiaraštis)

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) (tausojančias) (G)*	3-3/17ATPVVg 10N	140.00	5.33	14.71	29.46	272
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	15.00	0.17	0.11	2.37	11
Natūralus Jogurtas (3,8 proc.) (P, )*	J01	125.00	5.42	6	6	100
Kmynų arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			10.92	20.82	37.84	382

**Pietūs 12:00 - 12:30 val.**

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

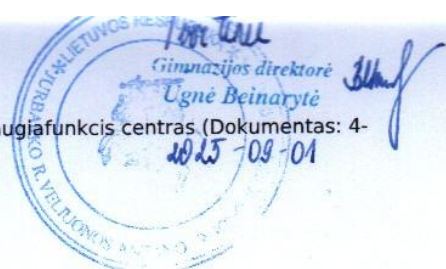
**Vakarienė 15:30 - 16:00 val.**

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):			45.96	43.13	181.98	1300

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

Direktorė, Ugnė Beinarytė

**1 Savaitė, Trečiadienis**



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

**Pietūs 12:00 - 12:30 val.**

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

**Vakarienė 15:30 - 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	160.00	10.27	7.86	52.66	322
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	40.00	0.44	0.28	6.32	30
Natūralus Jogurtas (3,8 proc.) (P, )*	J01	15.00	0.65	0.72	0.72	12
Kinrožės arbata	GR-20	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			11.36	8.86	59.7	364
Iš viso (dienos davinio):			53.35	40.6	183.88	1314

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

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Seredžiaus Stasio Šimkaus skyrius-daugiafunkcis centras (Dokumentas: 4-6 m. 15 d. Perspektyvinis valgiaraštis)

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	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Vynuogės (augalinis)	V05	70.00	0.49	0.28	12.32	54
Kmynų arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			20.52	18.99	26.13	358

**Pietūs 12:00 - 12:30 val.**

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

**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	0.72	0.72	12
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	25.00	0.28	0.18	3.95	19
Kinrožės arbata	GR-20	150.00	0	0	0	0
Banantai	VS-4	70.00	0.84	0.21	16.17	70
Iš viso:			11.02	13.04	64.31	419
Iš viso (dienos davinio):			57.96	46.17	167.57	1318

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

Jurbarko r. Veliunos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Seredžiaus Stasio Šimkaus skyrius-daugiafunkcis centras (Dokumentas: 4-6 m. 15 d. Perspektyvinis valgiaraštis)

Direktorė, Ugnė Beinarytė

**1 Savaitė, Penktadienis**



**Pusryčiai 08:00 - 08:30 val.**

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

**Pietūs 12:00 - 12:30 val.**

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

**Vakarienė 15:30 - 16:00 val.**

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

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

Jurbarko r. Veliunos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Seredžiaus Stasio Šimkaus skyrius-daugiafunkcis centras (Dokumentas: 4-6 m. 15 d. Perspektyvinis valgiaraštis)

Direktorė, Ugnė Beinarytė

**2 Savaitė, Pirmadienis**



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

**Pietūs 12:00 - 12:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba	Sr017	150.00	1.46	2.16	7.25	54
Grietinė 30% (P)*	PD-14	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Ruginė duona	GA-2/b	15.00	1.11	0.24	6.42	32
Vištienos guliašas su morkomis (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	4.86	27.65	182
Pekino kopūstų-porų-pomidorų salotos su saulėgrąžų aliejumi(augalinis)	GA-26	85.00	1.05	4.62	3.3	59
Stalo vanduo paskanintas agurkais	GR-22/g	150.00	0.06	0.02	0.17	1
Iš viso:			26.15	18.37	50.29	471

**Vakarienė 15:30 - 16:00 val.**

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

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

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Seredžiaus Stasio Šimkaus skyrius-daugiafunkcis centras (Dokumentas: 4-6 m. 15 d. Perspektyvinis valgiaraštis)

Direktorė, Ugnė Beinarytė

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

**Pietūs 12:00 - 12:30 val.**

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

**Vakarienė 15:30 - 16:00 val.**

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

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



Jurbarko r. Veliunos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Seredžiaus Stasio Šimkaus skyrius-daugiafunkcis centras (Dokumentas: 4-6 m. 15 d. Perspektyvinis valgiaraštis)

Direktorė, Ugnė Beinarytė

**2 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	
Pieniška sorų kruopų košė (tausojantis) (P)*	3-3/13TGV 10N	150.00	5.3	5.18	30.99	192
Karštas sumuštinis su pomidorų padažu, pomidorais, fermentiniu sūriu (45 proc.) ir žalumynais (tausojantis) (G, P)*	U026	50.00	6.11	5.18	11.65	118
Mandarinai	VS-5	70.00	0.49	0.21	6.58	30
Kmynų arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			11.9	10.57	49.23	340

**Pietūs 12:00 - 12:30 val.**

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

**Vakarienė 15:30 - 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	130.00	8.35	6.38	42.78	262
Natūralus Jogurtas (3,8 proc.) (P,)*	J01	20.00	0.87	0.96	0.96	16
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	40.00	0.44	0.28	6.32	30
Pienas 2,5% (P)*	GR-23	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Iš viso:			14.76	11.37	57.41	391
Iš viso (dienos davinio):			57.34	36.14	168.64	1229

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

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Seredžiaus Stasio Šimkaus skyrius-daugiafunkcis centras (Dokumentas: 4-6 m. 15 d. Perspektyvinis valgiaraštis)

Direktorė, Ugnė Beinarytė

**2 Savaitė, Ketvirtadienis**



**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 kukurūzų košė su uogomis (tausojančias) (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
Kmynų arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Plėšomos sūrio dešrelės PIK-NIK	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Iš viso:			15.95	10.37	61.37	403

**Pietūs 12:00 - 12:30 val.**

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

**Vakarienė 15:30 - 16:00 val.**

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

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

Direktorė, Ugnė 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	4.39	5.9	79
Apelsinai	VS-1	70.00	0.56	0.14	7.7	34
Kinrozės arbata	GR-20	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			9.37	9.49	57.03	351

**Pietūs 12:00 - 12:30 val.**

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

**Vakarienė 15:30 - 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	17.07	14.79	5.6	224
Ruginė duona	GA-2/b	25.00	1.85	0.4	10.7	54
Švieži pomidorai(augalinis)	GA-28	55.00	0.55	0.11	2.26	12
Bananai	VS-4	60.00	0.72	0.18	13.86	60
Kinrozės arbata	GR-20	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			20.19	15.48	32.42	350
Iš viso (dienos davinio):			56.8	49.15	147.91	1261

\* **Alergenai:** G - 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 gimnazijos Seredžiaus Stasio Šimkaus skyrius-daugiafunkcis centras (Dokumentas: 4-6 m. 15 d. Perspektyvinis valgiaraštis)

Direktorė, Ugnė Beinarytė

**3 Savaitė, Pirmadienis**



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

**Pietūs 12:00 - 12:30 val.**

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

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

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

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Seredžiaus Stasio Šimkaus skyrius-daugiafunkcis centras (Dokumentas: 4-6 m. 15 d. Perspektyvinis 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(tausojantis) (P)*	GA-13	160.00	5.53	4.96	30.27	188
Viso grūdo sumuštiniai su fermentiniu sūriu (45 proc.) (P)*	16-1/9V 10NF	40.00	6.21	8.24	7.41	129
Kriaušės	VS-2	70.00	0.28	0.21	9.38	41
Kmynų arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			12.02	13.41	47.07	357

**Pietūs 12:00 - 12:30 val.**

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

**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 grietinėles (35 proc.) ir sviesto (82 proc.) padažu (tausojantis) (G, K, P)*	7-3/61TV 10NK35	120.00	16.27	7.91	32.88	268
Vaisių lėkštelė (Kriaušės, apelsinai, vynuogės)	V001	50.00	0.32	0.15	7	31
Kmynų arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Plėšomos sūrio dešrelės PIK-NIK	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Iš viso:			24.09	13.06	40.39	375
Iš viso (dienos davinio):			58.54	41.33	156.34	1231

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

Jurbarko r. Veliunos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Seredžiaus Stasio Šimkaus skyrius-daugiafunkcis centras (Dokumentas: 4-6 m. 15 d. Perspektyvinis valgiaraštis)

Jurbarko r. Skirsnemunės Jurgio Baltrušaičio pagrindinės mokyklos direktorė, laikinai vykdanči Jurbarko r. Veliunos Antano ir Jono Juškų gimnazijos direktoriaus pareigas, Dainora Saulėnienė

**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(tausojantis) (G, P)*	PV-10	200.00	9.41	9.41	38.35	276
Viso grūdo duona su sviestu 82 proc. ir virtu kiaušiniu (G, K, P)*	D01K03	48.00	4.09	4.72	12.97	111
Mandarinai	VS-5	70.00	0.49	0.21	6.58	30
Kmynų arbata	GR-13	150.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			13.99	14.34	57.91	417

**Pietūs 12:00 - 12:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sriuba su pomidorais (tausojantis) (augalinis)	Sr022	150.00	2.52	2.19	20.15	110
Grietinė 30% (P)*	PD-14	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Ruginė duona (G)*	GA-2/b	20.00	1.48	0.32	8.56	43
Žemaičių blynai su mėsa (kiauliena) (K)*	56	120.00	7.86	10.58	23.67	221
Jogurtinė grietinė (10 proc.) (P, )*	P06	30.00	0.9	3	1.2	35
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVvg 10N	50.00	0.55	0.18	2.48	14
Stalo vanduo paskanintas braškėmis	GR-22/c	150.00	0.09	0.05	0.96	5
Iš viso:			13.47	17.22	57.11	437

**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	0.72	0.72	12
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVvg 10N	20.00	0.22	0.14	3.16	15
Bananai	VS-4	50.00	0.6	0.15	11.55	50
Kinrozės arbata	GR-20	150.00	0	0	0	0
Plėšomos sūrio dešrelės PIK-NIK (P)*	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Iš viso:			18.22	17.94	59.4	472
Iš viso (dienos davinio):			45.68	49.5	174.42	1326

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

Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Seredžiaus Stasio Šimkaus skyrius-daugiafunkcis centras (Dokumentas: 4-6 m. 15 d. Perspektyvinis 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	150.00	4.79	6.83	30.27	202
Orkaitėje kepti sumuštiniai su varške (9proc.) r obuoliais (tausojantis) (G, P)*	A16-1/4	40.00	3.65	1.61	10.22	70
Vynuogės (augalinis)	V05	70.00	0.49	0.28	12.32	54
Kinrožės arbata	GR-20	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			8.93	8.72	52.81	325

**Pietūs 12:00 - 12:30 val.**

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

**Vakarienė 15:30 - 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 proc.) (P, )*	P06	15.00	0.45	1.5	0.6	18
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	40.00	0.44	0.28	6.32	30
Kinrožės arbata	GR-20	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			22.86	18.05	36.19	399
Iš viso (dienos davinio):			47.57	37.87	127.26	1040

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



Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Seredžiaus Stasio Šimkaus skyrius-daugiafunkcis centras (Dokumentas: 4-6 m. 15 d. Perspektyvinis valgiaraštis)

Direktorė, Ugnė Beinarytė

**3 Savaitė, Ketvirtadienis**

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

**Pietūs 12:00 - 12:30 val.**

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

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

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



Jurbarko r. Veliuonos Antano ir Jono Juškų gimnazijos Seredžiaus Stasio Šimkaus skyrius-daugiafunkcis centras (Dokumentas: 4-6 m. 15 d. Perspektyvinis valgiaraštis)

Direktorė, Ugnė Beinarytė

**3 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	
Kiaušinių košė (K, P)*	Ki005	80.00	8.84	9.17	2.01	126
Duona su sviestu (82 proc) (P)*	D01K01	40.00	2.72	3.59	15.59	106
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 10N	40.00	0.44	0.14	1.98	11
Plėšomos sūrio dešrelės PIK-NIK	2-PV	25.00	7.5	5	0.5	77
Apelsinai	VS-1	70.00	0.56	0.14	7.7	34
Kmynų arbata	GR-13	100.00	0	0	0.01	0
Iš viso:			20.06	18.04	27.79	354

**Pietūs 12:00 - 12:30 val.**

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

**Vakarienė 15:30 - 16:00 val.**

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

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