

Pakruojo Žemynos progimnazija

P. Mašiotų 45, Pakruojis, Lietuva

(įstaigos pavadinimas, adresas)

20 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

7-10 m.

(amžiaus grupė)

1 Savaitė, Pirmadienis (2025-05-26)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Pupelių, daržovių ir makaronų sriuba (SA)*	1-3/20ATPVVg 1N	150.00	2.66	1.46	16.81	91	0.19
Bemielė duona su grūdais (G)*		30.00	2.25	1.89	13.2	79	0.11
Grietinėleje troškinta vištienos krūtinėlė su morkomis (P)*	10-5/ 100T	120.00	26.51	8.8	3.86	201	0.67
Biri grikių kruopų košė	3-3/6ATGPPcVgV 10N	100.00	5.92	15.11	32.57	290	0.31
Šviežių kopūstų ir morkų salotos	Nr.2-1/19A	100.00	1.34	8.95	6.18	111	0.23
Konservuoti žirneliai	Nr. S-41	100.00	7.55	0.31	24.33	130	0.28
Sūrio lazdelės (P)*		40.00	10.8	8.4	0.64	121	0.48
Vaisiai		285.00	2.85	0.71	39.19	175	0.43
Iš viso:			59.88	45.63	136.78	1197	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Pupelių, daržovių ir makaronų sriuba (SA)*	1-3/20ATPVVg 1N	150.00	2.66	1.46	16.81	91	0.19
Bemielė duona su grūdais (G)*		33.00	2.48	2.08	14.52	87	0.13
Tradiciniai lietuviški blynai (K, P)*	6-6/120 10	240.00	21.76	44.28	118.09	958	0.83
Vaisiai		245.00	2.45	0.61	33.69	150	0.37
Graikiniai riešutai (R)*		150.00	27.75	90.6	21.9	1014	1.18
Iš viso:			57.1	139.03	205.01	2300	
Iš viso (dienos davinio):			116.98	184.66	341.79	3497	

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

1 Savaitė, Antradienis (2025-05-27)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Burokėlių sriuba su pupelėmis, bulvėmis, morkomis	1-3/27AT	150.00	2.53	2.95	14.27	94	0.11
Bemielė duona su grūdais (G) [*]		30.00	2.25	1.89	13.2	79	0.11
Maltas paukštienos šlaunelių kepsnys (K) [*]	Nr. B34.1	100.00	25.05	22.01	7.79	329	0.79
Sviesto-grietinės padažas (P) [*]	Nr.5	30.00	0.51	15.7	0.71	146	0.17
Veganiška perlinių kruopų košė (G) [*]	3-3/14ATPcPVVg 10N	100.00	2.78	4.06	21.36	133	0.08
Švieži pomidorai	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23	0.14
Kopūstų, morkų ir paprikų salotos	2-1/1AGPVVg 10N	100.00	1.34	3.05	7.58	63	0.20
Varškės sūrelis "Magija" (P) [*]		100.00	12.8	7.2	13.7	171	0.70
Vaisiai		265.00	2.65	0.66	36.44	162	0.40
Iš viso:			50.93	57.72	119.23	1200	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Burokėlių sriuba su pupelėmis, bulvėmis, morkomis	1-3/27AT	150.00	2.53	2.95	14.27	94	0.11
Bemielė duona su grūdais (G) [*]		18.00	1.35	1.13	7.92	47	0.07
Tradiciniai virti varškėčiai su grietinėlės ir sviesto padažu (G, K, P) [*]	7-3/61TV 1N	240.00	28.25	40.9	48.12	674	0.96
Vaisiai		150.00	1.5	0.38	20.63	92	0.23
Migdolų riešutai 150 g. (R) [*]		150.00	36	79.5	8.55	894	1.33
Iš viso:			69.63	124.86	99.49	1800	
Iš viso (dienos davinio):			120.56	182.58	218.72	3000	

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

1 Savaitė, Trečiadienis (2025-05-28)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis	1-3/28 AT	150.00	1.28	2.9	8.13	64	0.09
Bemielė duona su grūdais (G)*		30.00	2.25	1.89	13.2	79	0.11
Paukštiesos kukuliai (G, K)*	Nr. 35	75.00	19.2	16.4	2.28	234	0.62
Sviesto-grietinės padažas (P)*	Nr.5	30.00	0.51	15.7	0.71	146	0.17
Birūs ryžiai su ciberžole	3-3/12ATGPcPVVg 10N	100.00	2.28	1.83	18.55	100	0.14
Virti brokoliai	2-3/ATGPcPVVg 10N	100.00	2.91	4.94	5.53	78	0.40
Švieži pomidorai	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23	0.14
Vaisiai		310.00	3.1	0.78	42.63	190	0.47
Sūrio lazdelės (P)*		40.00	10.8	8.4	0.64	121	0.48
Iš viso:			43.35	53.04	95.85	1034	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis	1-3/28 AT	150.00	1.28	2.9	8.13	64	0.09
Bemielė duona su grūdais (G)*		14.00	1.05	0.88	6.16	37	0.05
Kepti varškėčiai su grietine ir uogomis (G, K, P)*	82	280.00	38.84	59.87	39.58	853	1.38
Graikiniai riešutai 150 g. (R)*		150.00	22.8	97.8	20.55	1054	1.18
Iš viso:			63.97	161.45	74.42	2007	
Iš viso (dienos davinio):			107.32	214.49	170.27	3041	

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

1 Savaitė, Ketvirtadienis (2025-05-29)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Pieniška grikių kruopų sriuba (P)*	Nr.B26	150.00	4.14	4.73	12.55	109	0.13
Kiaulienos sprandinės troškiny su ryžiais	Nr. M-3	300.00	36.47	67.67	30.24	876	1.85
Marinuoti agurkai	Nr. S-38	100.00	1.02	0	7.14	33	0.33
Vaisiai		260.00	2.6	0.65	35.75	159	0.39
Iš viso:			44.23	73.05	85.68	1177	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Pieniška grikių kruopų sriuba (P)*	Nr.B26	150.00	4.14	4.73	12.55	109	0.13
Bulvinukai (K, P)*	56	240.00	6.93	15.87	64.69	429	0.47
Vaisiai		347.00	3.47	0.87	47.71	213	0.53
Migdolų riešutai 150 g. (R)*		150.00	36	79.5	8.55	894	1.33
Sūrio lazdelės (P)*		20.00	5.4	4.2	0.32	61	0.24
Iš viso:			55.94	105.17	133.82	1706	
Iš viso (dienos davinio):			100.17	178.22	219.5	2883	

* **Alergenai:** K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), R - Riešutai

1 Savaitė, Penktadienis (2025-05-30)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Raugintų agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (G, P) [*]	1-3/29TV 1N	150.00	1.55	2.81	12.6	82	0.15
Bemielė duona su grūdais (G) [*]		30.00	2.25	1.89	13.2	79	0.11
Šilkiniai menkės kukuliai sūrio padaže (G, K, P, Ž) [*]	9-8/167T 1N	200.00	30.98	25.48	15.78	416	1.47
Bulvių košė (P) [*]	4-3/1TGV 10N	100.00	2.03	6.03	16.01	126	0.16
Burokėlių salotos su žirneliais	Nr.S-18	100.00	2.71	4.73	12.22	102	0.17
Švieži pomidorai	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23	0.14
Vaisiai		170.00	1.7	0.43	23.38	104	0.26
Sūrio lazdelės (P) [*]		20.00	5.4	4.2	0.32	61	0.24
Iš viso:			47.64	45.77	97.69	993	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Raugintų agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (G, P) [*]	1-3/29TV 1N	150.00	1.55	2.81	12.6	82	0.15
Bemielė duona su grūdais (G) [*]		30.00	2.25	1.89	13.2	79	0.11
Varškės kukuliai su grietine (K, P) [*]	7-3/66TGV 10N	240.00	24.75	26.21	46.07	519	0.86
Vaisiai		210.00	2.1	0.53	28.88	129	0.32
Traškios morkytės		100.00	1	0.2	8.7	41	0.78
Sūrio lazdelės (P) [*]		40.00	10.8	8.4	0.64	121	0.48
Iš viso:			42.45	40.04	110.09	971	
Iš viso (dienos davinio):			90.09	85.81	207.78	1964	

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

2 Savaitė, Pirmadienis (2025-06-02)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Žirnių - perlinių kruopų sriuba (G)*	Nr. B16	150.00	3.51	3.16	14.55	101	0.06
Bemielė duona su grūdais (G)*		30.00	2.25	1.89	13.2	79	0.11
Virtas nilinio baramundžio filė kukulis (G, K, P, Ž)*	Nr. B40	70.00	54.47	16.22	5.96	388	1.26
Biri grikių kruopų košė	3-3/6ATGPPcVgV10N	100.00	5.92	15.11	32.57	290	0.31
Troškintos daržovės (asorti)	Nr. 12	100.00	1.8	0.5	3.6	26	0.27
Vaisiai		328.00	3.28	0.82	45.1	201	0.50
Švieži agurkai	Nr. S-36	100.00	0.82	0.2	2.35	14	0.19
Iš viso:			72.05	37.9	117.33	1099	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Žirnių - perlinių kruopų sriuba (G)*	Nr. B16	150.00	3.51	3.16	14.55	101	0.06
Bemielė duona su grūdais (G)*		50.00	3.75	3.15	22	131	0.19
Kepti varškėčiai su padažu (G, K, P)*	Nr. 83	240.00	35.44	62.44	33.21	837	1.12
Migdolų riešutai 150 g. (R)*		150.00	36	79.5	8.55	894	1.33
Iš viso:			78.7	148.25	78.31	1962	
Iš viso (dienos davinio):			150.75	186.15	195.64	3061	

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

2 Savaitė, Antradienis (2025-06-03)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Pieniška makaronų sriuba (P)*	Nr. B27	150.00	3.89	4.35	12.59	105	0.14
Kiaulienos kukuliai su rausvučiu padažu (G, K, P)*	11-7/139T 1N	200.00	20.3	10.42	17.76	246	0.84
Veganiška perlinių kruopų košė (G)*	3-3/14ATPcPVVg 10N	100.00	2.78	4.06	21.36	133	0.08
Troškintos daržovės (asorti)	Nr. 12	100.00	1.8	0.5	3.6	26	0.27
Varškės sūrelis "Magija" (P)*		100.00	12.8	7.2	13.7	171	0.70
Švieži pomidorai	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23	0.14
Vaisiai		350.00	3.5	0.88	48.13	214	0.53
Iš viso:			46.09	27.61	121.32	918	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Pieniška makaronų sriuba (P)*	Nr. B27	150.00	3.89	4.35	12.59	105	0.14
Tarkuotų bulvių cepelinai su varške (K, P)*	Nr. 49	200.00	12.13	14.88	47.24	371	0.50
Grietinė, 30 % riebumo (P)*		40.00	0.96	12	1.24	117	0.15
Vaisiai		385.00	3.85	0.96	52.94	236	0.58
Migdolų riešutai 150 g. (R)*		150.00	36	79.5	8.55	894	1.33
Iš viso:			56.83	111.69	122.56	1723	
Iš viso (dienos davinio):			102.92	139.3	243.88	2641	

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

2 Savaitė, Trečiadienis (2025-06-04)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Trinta daržovių sriuba su pupelėmis ir bulguru (G)*	1-3/28ATPVVg 1N	150.00	2.08	1.57	10.88	66	0.20
Bemielė duona su grūdais (G)*		30.00	2.25	1.89	13.2	79	0.11
Troškinta kiaulienos kumpinė su padažu (P)*	Nr.B1	130.00	23.85	17.6	7.05	282	0.82
Viso grūdo makaronai su alyvuogių aliejumi ir prieskoninėmis žolelėmis	6-3/62AT	100.00	2.72	5.5	21.59	147	0.18
Šviežių kopūstų ir morkų salotos	Nr.2-1/19A	150.00	2.01	13.43	9.27	166	0.34
Vaisiai		230.00	2.3	0.58	31.63	141	0.35
Varškės sūrelis "Magija" (P)*		100.00	12.8	7.2	13.7	171	0.70
Iš viso:			48.01	47.77	107.32	1051	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Trinta daržovių sriuba su pupelėmis ir bulguru (G)*	1-3/28ATPVVg 1N	150.00	2.08	1.57	10.88	66	0.20
Bemielė duona su grūdais (G)*		30.00	2.25	1.89	13.2	79	0.11
Tradicinis varškės apkepas (G, K, P)*	7-8/170TV 1N	200.00	24.3	38.62	23.42	538	0.93
Grietinė (P)*	Nr.17	40.00	0.96	12	1.24	117	0.15
Uogienė	Nr.19	40.00	0.16	0.04	27.2	110	0.21
Vaisiai		210.00	2.1	0.53	28.88	129	0.32
Traškios morkytės		100.00	1	0.2	8.7	41	0.78
Iš viso:			32.85	54.85	113.52	1079	
Iš viso (dienos davinio):			80.86	102.62	220.84	2130	

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

2 Savaitė, Ketvirtadienis (2025-06-05)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Rūgštyniu sriuba	1-3/22 AT	150.00	1.54	5.69	11.29	103	0.14
Bemielė duona su grūdais (G)*		30.00	2.25	1.89	13.2	79	0.11
Maltos mėsos kepsnys su kmynais (G, K)*	Nr. M-17	100.00	26.18	21.68	10	340	0.83
Bulvių košė (P)*	4-3/1TGV 10N	100.00	2.03	6.03	16.01	126	0.16
Burokėlių salotos su kepintais svogūnais	Nr. S-16	100.00	1.91	5.75	11.24	104	0.15
Švieži agurkai	Nr. S-36	100.00	0.82	0.2	2.35	14	0.19
Vaisiai		225.00	2.25	0.56	30.94	138	0.34
Traškios morkytės		100.00	1	0.2	8.7	41	0.78
Iš viso:			37.98	42	103.73	945	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Rūgštyniu sriuba	1-3/22 AT	150.00	1.54	5.69	11.29	103	0.14
Bemielė duona su grūdais (G)*		30.00	2.25	1.89	13.2	79	0.11
Virti varškėčiai su grietine (G, K, P)*	Nr. 82	240.00	31.78	26.54	47.77	557	0.83
Vaisiai		290.00	2.9	0.73	39.88	178	0.44
Graikiniai riešutai (R)*		150.00	27.75	90.6	21.9	1014	1.18
Iš viso:			66.22	125.45	134.04	1930	
Iš viso (dienos davinio):			104.2	167.45	237.77	2875	

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

2 Savaitė, Penktadienis (2025-06-06)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Avinžirnių sriuba	1-3/32ATGPVvg 1N	150.00	1.7	3.98	8.82	78	0.17
Bemielė duona su grūdais (G)*		40.00	3	2.52	17.6	105	0.15
Kiaulienos kepsnys (K)*	Nr.9	100.00	22.24	16.18	7.07	263	0.80
Miežinių kruopų košė su sviestu (G, P)*	3-3/30T	100.00	2.4	12.86	17.87	197	0.15
Šviežių kopūstų ir morkų salotos	Nr.2-1/19A	100.00	1.34	8.95	6.18	111	0.23
Švieži pomidorai	Nr. S-37	120.00	1.22	0.24	5.02	27	0.16
Vaisiai		367.00	3.67	0.92	50.46	225	0.56
Sūrio lazdelės (P)*		40.00	10.8	8.4	0.64	121	0.48
Iš viso:			46.37	54.05	113.66	1127	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Avinžirnių sriuba	1-3/32ATGPVvg 1N	150.00	1.7	3.98	8.82	78	0.17
Bemielė duona su grūdais (G)*		23.00	1.73	1.45	10.12	60	0.09
Varškės apkepas su avietėmis ir mangais (G, K, P)*	Nr. 7-8/177VT 10N	240.00	22.67	43.68	23.86	579	1.26
Graikiniai riešutai 150 g. (R)*		150.00	22.8	97.8	20.55	1054	1.18
Iš viso:			48.9	146.91	63.35	1771	
Iš viso (dienos davinio):			95.27	200.96	177.01	2898	

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

3 Savaitė, Pirmadienis (2025-06-09)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Pieniška miežinių kruopų sriuba su sviestu (G, P) [*]	1-3/32T	150.00	3.32	4.52	9.39	92	0.11
Troškinta paukštiena (P) [*]	Nr. B29	120.00	19.84	10.14	5.09	191	0.84
Bulvių košė (P) [*]	4-3/1TGV 10N	100.00	2.03	6.03	16.01	126	0.16
Šviežių kopūstų ir morkų salotos	Nr.2-1/19A	117.00	1.57	10.47	7.23	129	0.26
Migdolų riešutai 150 g. (R) [*]		150.00	36	79.5	8.55	894	1.33
Iš viso:			62.76	110.66	46.27	1432	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Pieniška miežinių kruopų sriuba su sviestu (G, P) [*]	1-3/32T	150.00	3.32	4.52	9.39	92	0.11
Virti varškėčiai su grietine (G, K, P) [*]	Nr. 82	360.00	47.67	39.81	71.66	836	1.24
Vaisiai		110.00	1.1	0.28	15.13	67	0.17
Graikiniai riešutai 150 g. (R) [*]		150.00	22.8	97.8	20.55	1054	1.18
Iš viso:			74.89	142.41	116.73	2048	
Iš viso (dienos davinio):			137.65	253.07	163	3480	

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

3 Savaitė, Antradienis (2025-06-10)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Burokėlių sriuba	1-3/39AT	150.00	1.39	2.87	10.13	72	0.07
Bemielė duona su grūdais (G) [*]		30.00	2.25	1.89	13.2	79	0.11
Kepti kiaulienos gabaliukai	Nr.11	160.00	23.13	42.21	11.72	519	1.20
Birūs ryžiai su ciberžole	3-3/12ATGPcPVG 10N	100.00	2.28	1.83	18.55	100	0.14
Šviežių kopūstų ir morkų salotos	Nr.2-1/19A	130.00	1.74	11.64	8.03	144	0.29
Švieži agurkai	Nr. S-36	120.00	0.98	0.24	2.82	17	0.23
Sūrio lazdelės (P) [*]		20.00	5.4	4.2	0.32	61	0.24
Vaisiai		275.00	2.75	0.69	37.81	168	0.42
Iš viso:			39.92	65.57	102.58	1160	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Burokėlių sriuba	1-3/39AT	150.00	1.39	2.87	10.13	72	0.07
Bemielė duona su grūdais (G) [*]		30.00	2.25	1.89	13.2	79	0.11
Bulvių ir cukinijų kugelis su sviesto- grietinės padažu (K, P) [*]	4-8/163GV 10N	240.00	7.02	28.91	31.78	415	0.66
Marinuoti agurkai	Nr. S-38	100.00	1.02	0	7.14	33	0.33
Migdolų riešutai 150 g. (R) [*]		150.00	36	79.5	8.55	894	1.33
Vaisiai		130.00	1.3	0.33	17.88	80	0.20
Iš viso:			48.98	113.5	88.68	1572	
Iš viso (dienos davinio):			88.9	179.07	191.26	2732	

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

3 Savaitė, Trečiadienis (2025-06-11)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Lietuviški šaltibarščiai (K, P) [*]	1-1/16V 1N	150.00	4.65	7.29	5.6	107	0.40
Bemielė duona su grūdais (G) [*]		30.00	2.25	1.89	13.2	79	0.11
Vištienos šlaunelės kokosų kreme	10-8/166TPG 10N	100.00	24.57	19.5	1.76	281	0.92
Birūs ryžiai su ciberžole	3-3/12ATGPcPVVg 10N	100.00	2.28	1.83	18.55	100	0.14
Virti brokoliai	2-3/ATGPcPVVg 10N	100.00	2.91	4.94	5.53	78	0.40
Švieži pomidorai	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23	0.14
Sūrio lazdelės (P) [*]		20.00	5.4	4.2	0.32	61	0.24
Vaisiai		228.00	2.28	0.57	31.35	140	0.35
Iš viso:			45.36	40.42	80.49	867	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Lietuviški šaltibarščiai (K, P) [*]	1-1/16V 1N	150.00	4.65	7.29	5.6	107	0.40
Bemielė duona su grūdais (G) [*]		30.00	2.25	1.89	13.2	79	0.11
Virtų bulvių blynai su varškės įdaru (K, P) [*]	Nr. B52	240.00	14.17	27.54	53	517	0.60
Vaisiai		270.00	2.7	0.68	37.13	165	0.41
Graikiniai riešutai 150 g. (R) [*]		150.00	22.8	97.8	20.55	1054	1.18
Iš viso:			46.57	135.2	129.48	1921	
Iš viso (dienos davinio):			91.93	175.62	209.97	2788	

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

3 Savaitė, Ketvirtadienis (2025-06-12)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Ukrainietiški barščiai (P) [*]	1-3/35TGV 1N	150.00	2.91	6.27	14.15	125	0.36
Bemielė duona su grūdais (G) [*]		30.00	2.25	1.89	13.2	79	0.11
Nilinio baramundžio žuvies kepsnys (K, Ž) [*]	Nr.B38.1	100.00	61.01	23.19	8.63	487	1.42
Virtas bulguras (G) [*]	3-3/9ATPcPVVg 1N	100.00	6.29	2.97	32.91	184	0.15
Burokėlių salotos su žirneliais	Nr.S-18	100.00	2.71	4.73	12.22	102	0.17
Vaisiai		165.00	1.65	0.41	22.69	101	0.25
Sūrio lazdelės (P) [*]		20.00	5.4	4.2	0.32	61	0.24
Iš viso:			82.22	43.66	104.12	1138	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Ukrainietiški barščiai (P) [*]	1-3/35TGV 1N	150.00	2.91	6.27	14.15	125	0.36
Bemielė duona su grūdais (G) [*]		30.00	2.25	1.89	13.2	79	0.11
Kepti varškėčiai su grietine ir uogomis (G, K, P) [*]	82	270.00	37.46	57.73	38.16	822	1.33
Vaisiai		80.00	0.8	0.2	11	49	0.12
Traškios morkytės		100.00	1	0.2	8.7	41	0.78
Iš viso:			44.42	66.29	85.21	1115	
Iš viso (dienos davinio):			126.64	109.95	189.33	2253	

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

3 Savaitė, Penktadienis (2025-06-13)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Pupelių, daržovių ir makaronų sriuba (SA) [*]	1-3/20ATPVVg 1N	150.00	2.66	1.46	16.81	91	0.19
Bemielė duona su grūdais (G) [*]		30.00	2.25	1.89	13.2	79	0.11
Jautienos - kiaulienos pieniškos dešrelės	Nr. B36	195.00	11.74	43.44	10.44	480	0.90
Avižinių kruopų košė su sviestu (G, P) [*]	3-3/10TPcV 10N	100.00	5.55	5.89	23.87	171	0.08
Šviežių kopūstų ir morkų salotos	Nr.2-1/19A	100.00	1.34	8.95	6.18	111	0.23
Švieži pomidorai	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23	0.14
Varškės sūrelis "Magija" (P) [*]		100.00	12.8	7.2	13.7	171	0.70
Vaisiai		230.00	2.3	0.58	31.63	141	0.35
Iš viso:			39.66	69.61	120.01	1265	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Pupelių, daržovių ir makaronų sriuba (SA) [*]	1-3/20ATPVVg 1N	150.00	2.66	1.46	16.81	91	0.19
Bemielė duona su grūdais (G) [*]		30.00	2.25	1.89	13.2	79	0.11
Tradicinis varškės apkepas (G, K, P) [*]	7-8/170TV 1N	240.00	29.16	46.35	28.11	646	1.11
Šaldytos avietės		40.00	0.36	0.16	3.88	18	0.21
Traškos morkytės		100.00	1	0.2	8.7	41	0.78
Vaisiai		165.00	1.65	0.41	22.69	101	0.25
Iš viso:			37.08	50.47	93.39	976	
Iš viso (dienos davinio):			76.74	120.08	213.4	2241	

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

4 Savaitė, Pirmadienis (2025-06-16)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Žiedinių kopūstų sriuba	Nr. B20	150.00	1.4	2.93	7.73	63	0.11
Bemielė duona su grūdais (G)*		20.00	1.5	1.26	8.8	53	0.08
Maltas kiaulienos kepsnys (G, K)*	Nr.15	100.00	21.69	14.6	9.54	256	0.68
Sviesto-grietinės padažas (P)*	Nr.5	30.00	0.51	15.7	0.71	146	0.17
Virtas bulguras (G)*	3-3/9ATPcPVVg 1N	100.00	6.29	2.97	32.91	184	0.15
Šviežių kopūstų ir morkų salotos	Nr.2-1/19A	100.00	1.34	8.95	6.18	111	0.23
Švieži agurkai	Nr. S-36	50.00	0.41	0.1	1.18	7	0.10
Graikiniai riešutai 150 g. (R)*		150.00	22.8	97.8	20.55	1054	1.18
Iš viso:			55.94	144.31	87.6	1873	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Žiedinių kopūstų sriuba	Nr. B20	150.00	1.4	2.93	7.73	63	0.11
Bemielė duona su grūdais (G)*		35.00	2.63	2.21	15.4	92	0.13
Pilno grūdo makaronai su sūriu ir pomidoru padažu (P)*		390.00	28.71	23.04	115.44	784	1.28
Graikiniai riešutai 150 g. (R)*		150.00	22.8	97.8	20.55	1054	1.18
Iš viso:			55.54	125.98	159.12	1992	
Iš viso (dienos davinio):			111.48	270.29	246.72	3865	

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

4 Savaitė, Antradienis (2025-06-17)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Pieniška bulguro sriuba (G, P) [*]	Nr. B	150.00	3.74	4.52	9.83	95	0.13
Traški vištienos filė su sezamo plutele (K, SE) [*]	10-8/164TGP 10N	110.00	36.39	16.81	10.08	337	0.85
Birūs ryžiai su ciberžole	3-3/12ATGPcPVG 10N	100.00	2.28	1.83	18.55	100	0.14
Troškintos daržovės (asorti)	Nr. 12	108.00	1.94	0.54	3.89	28	0.29
Švieži pomidorai	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23	0.14
Vaisiai		300.00	3	0.75	41.25	184	0.45
Varškės sūrelis "Magija" (P) [*]		100.00	12.8	7.2	13.7	171	0.70
Iš viso:			61.17	31.85	101.48	937	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Pieniška bulguro sriuba (G, P) [*]	Nr. B	150.00	3.74	4.52	9.83	95	0.13
Virti varškėčiai su grietine (G, K, P) [*]	Nr. 82	240.00	31.78	26.54	47.77	557	0.83
Vaisiai		270.00	2.7	0.68	37.13	165	0.41
Migdolų riešutai 150 g. (R) [*]		150.00	36	79.5	8.55	894	1.33
Iš viso:			74.22	111.24	103.28	1711	
Iš viso (dienos davinio):			135.39	143.09	204.76	2648	

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

4 Savaitė, Trečiadienis (2025-06-18)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Raugintų kopūstų sriuba	1-3/26 AT	150.00	4.88	7.43	26.49	192	0.20
Bemielė duona su grūdais (G)*		40.00	3	2.52	17.6	105	0.15
Maltas paukštienos šlaunelių kepsnys (K)*	Nr. B34.1	100.00	25.05	22.01	7.79	329	0.79
Bulvių košė (P)*	4-3/1TGV 10N	100.00	2.03	6.03	16.01	126	0.16
Švieži pomidorai	Nr. S-37	130.00	1.33	0.26	5.43	29	0.18
Vaisiai		345.00	3.45	0.86	47.44	211	0.52
Varškės sūrelis "Magija" (P)*		100.00	12.8	7.2	13.7	171	0.70
Iš viso:			52.54	46.31	134.46	1165	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Raugintų kopūstų sriuba	1-3/26 AT	150.00	4.88	7.43	26.49	192	0.20
Bemielė duona su grūdais (G)*		30.00	2.25	1.89	13.2	79	0.11
Virtų bulvių cepelinai su varške (K, P)*	4-3/6TGV 1N	240.00	13.47	27.46	59.47	539	0.69
Vaisiai		340.00	3.4	0.85	46.75	208	0.52
Graikiniai riešutai (R)*		150.00	27.75	90.6	21.9	1014	1.18
Iš viso:			51.75	128.23	167.81	2032	
Iš viso (dienos davinio):			104.29	174.54	302.27	3197	

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

4 Savaitė, Ketvirtadienis (2025-06-19)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Skaldytų žirnių sriuba su bulvėmis	1-3/37ATGPVVG 1N	150.00	4.24	1.49	15.05	91	0.08
Bemielė duona su grūdais (G)*		30.00	2.25	1.89	13.2	79	0.11
Vištienos šlaunelės kokosų kreme	10-8/166TPG 10N	130.00	31.94	25.35	2.29	365	1.20
Birūs ryžiai su ciberžole	3-3/12ATGPcPVVG 10N	100.00	2.28	1.83	18.55	100	0.14
Burokėlių salotos su kepintais svogūnais	Nr. S-16	110.00	2.1	6.33	12.36	115	0.16
Vaisiai		205.00	2.05	0.51	28.19	126	0.31
Varškės sūrelis "Magija" (P)*		100.00	12.8	7.2	13.7	171	0.70
Iš viso:			57.66	44.6	103.34	1045	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Skaldytų žirnių sriuba su bulvėmis	1-3/37ATGPVVG 1N	150.00	4.24	1.49	15.05	91	0.08
Bemielė duona su grūdais (G)*		45.00	3.38	2.84	19.8	118	0.17
Kepti varškėčiai su padažu (G, K, P)*	Nr. 83	240.00	35.44	62.44	33.21	837	1.12
Migdolų riešutai 150 g. (R)*		150.00	36	79.5	8.55	894	1.33
Iš viso:			79.06	146.27	76.61	1939	
Iš viso (dienos davinio):			136.72	190.87	179.95	2985	

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

4 Savaitė, Penktadienis (2025-06-20)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Daržovių sriuba su vištienos filė gabaliukais (P) [*]	1-3/23T 10N	150.00	8.89	3.29	7.61	96	0.26
Bemielė duona su grūdais (G) [*]		30.00	2.25	1.89	13.2	79	0.11
Žuvies maltinis (G, K, Ž) [*]	Nr.B43	100.00	19.18	9.39	10.36	203	0.98
Biri grikių kruopų košė	3-3/6ATGPPcVgV 10N	100.00	5.92	15.11	32.57	290	0.31
Burokėlių salotos su žirneliais	Nr.S-18	100.00	2.71	4.73	12.22	102	0.17
Švieži pomidorai	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23	0.14
Vaisiai		325.00	3.25	0.81	44.69	199	0.49
Sūrio lazdelės (P) [*]		20.00	5.4	4.2	0.32	61	0.24
Iš viso:			48.62	39.62	125.15	1052	

Pietūs (II) 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	Kaina
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Daržovių sriuba su vištienos filė gabaliukais (P) [*]	1-3/23T 10N	150.00	8.89	3.29	7.61	96	0.26
Bemielė duona su grūdais (G) [*]		30.00	2.25	1.89	13.2	79	0.11
Mieliniai blynai (G, K, P) [*]	Nr.B72	240.00	23.65	29.02	100.92	759	0.84
Traškios morkytės		100.00	1	0.2	8.7	41	0.78
Vaisiai		150.00	1.5	0.38	20.63	92	0.23
Sūrio lazdelės (P) [*]		40.00	10.8	8.4	0.64	121	0.48
Iš viso:			48.09	43.18	151.7	1188	
Iš viso (dienos davinio):			96.71	82.8	276.85	2239	

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