

Pakruojo Žemynos progimnazija

P. Mašiotų 45, Pakruojis, Lietuva
(įstaigos pavadinimas, adresas)

20 DIENŲ VALGIARAŠTIS
(nurodyti dienų skaičių)

-
(amžiaus grupė)

3 Savaitė, Pirmadienis (2025-10-13)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avinžirnių sriuba (augalinis, tausojantis)	1-3/32ATGPVVg 1N	200.00	2.26	5.31	11.76	104
Troškinta veršienos kumpinė su padažu (tausojantis)	Nr.B1.3	100.00	7.23	11	6.52	154
Maltas paukštienos kepsnys (tausojantis)	Nr. B34	100.00	32.25	11.08	8.13	261
Bulvių ir cukinijų kugelis su sviesto-grietinės padažu	4-8/163GV 10N	240.00	7.02	28.91	31.78	415
Biri grikių kruopų košė (augalinis)	3-3/6ATGPPcVgV 10N	100.00	5.92	15.11	32.57	290
Bulvių košė (augalinis), (tausojantis)	4-3/1TGV 10N	100.00	2.03	6.03	16.01	126
Arbatžolių arbata nesaldinta	Nr. 17-1/2	200.00	0	0	0	0
Arbata su cukrumi	Nr. 17-1/1	200.00	0	0	4.99	20
Švieži pomidorai (augalinis)	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23
Švieži agurkai (augalinis)	Nr. S-36	100.00	0.82	0.2	2.35	14
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	Nr.2-1/19A	100.00	1.32	9.3	5.97	113
Paprika (augalinis)	Nr. S-40	100.00	1.3	0.5	6.6	36
Troškintos daržovės (asorti)	Nr. 12	100.00	2.15	5.91	4.16	78
Morkų salotos su česnakais (augalinis)	Nr. S-11	100.00	1.34	5.07	10.08	91
Iš viso:			64.66	98.62	145.1	1727
Iš viso (dienos davinio):			64.66	98.62	145.1	1727

3 Savaitė, Antradienis (2025-10-14)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lietuviški šaltibarščiai (augalinis)	1-1/16V 1N	200.00	6.2	9.72	7.46	142
Kepti kiaulienos gabaliukai (tausojantis)	Nr.11	160.00	23.13	42.21	11.72	519
Maltas kiaulienos kepsnys (tausojantis)	Nr.15	100.00	21.69	14.6	9.54	256
Kepti varškėčiai su padažu	Nr. 83	240.00	35.44	62.44	33.21	837
Birūs ryžiai su ciberžole (augalinis)	3-3/12ATGPcPVVg 10N	100.00	2.28	1.83	18.55	100
Bulvių košė (augalinis), (tausojantis)	4-3/1TGV 10N	100.00	2.03	6.03	16.01	126
Arbata su cukrumi	Nr. 17-1/1	200.00	0	0	4.99	20
Arbatžolių arbata nesaldinta	Nr. 17-1/2	200.00	0	0	0	0
Švieži agurkai (augalinis)	Nr. S-36	100.00	0.82	0.2	2.35	14
Švieži pomidorai (augalinis)	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23
Paprika (augalinis)	Nr. S-40	100.00	1.3	0.5	6.6	36
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	Nr.2-1/19A	100.00	1.32	9.3	5.97	113
Burokėlių salotos su kepintais svogūnais (augalinis)	Nr. S-16	100.00	1.91	5.75	11.24	104
Marinuoti agurkai (augalinis)	Nr. S-38	100.00	1.02	0	7.14	33
Virti brokoliai (augalinis), (tausojantis)	2-3/ATGPcPVVg 10N	100.00	2.91	4.94	5.53	78
Iš viso:			101.07	157.72	144.49	2402
Iš viso (dienos davinio):			101.07	157.72	144.49	2402

3 Savaitė, Trečiadienis (2025-10-15)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Vištienos filė frikadelių sriuba (augalinis), (tausojantis)	Nr. 1-3/31TG 10N	200.00	6.2	4.23	8.53	97
Šamo filė kepsnys 100 g. (tausojantis)	Nr.B38	100.00	1.71	5.77	7.31	88
Paukšties kukuliai (tausojantis)	Nr. 35	75.00	19.2	16.4	2.28	234
Pilno grūdo makaronai su sūriu ir pomidoru padažu (augalinis)		290.00	21.35	17.13	85.84	583
Avižnių kruopų košė su sviestu (augalinis, tausojantis)	3-3/10TPcV 10N	100.00	5.55	5.89	23.87	171
Bulvių košė (augalinis), (tausojantis)	4-3/1TGV 10N	100.00	2.03	6.03	16.01	126
Arbatžolių arbata nesaldinta	Nr. 17-1/2	200.00	0	0	0	0
Arbata su cukrumi	Nr. 17-1/1	200.00	0	0	4.99	20
Švieži agurkai (augalinis)	Nr. S-36	100.00	0.82	0.2	2.35	14
Švieži pomidorai (augalinis)	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23
Troškintos daržovės (asorti)	Nr. 12	100.00	2.15	5.91	4.16	78
Burokėlių salotos su kepintais svogūnais (augalinis)	Nr. S-16	100.00	1.91	5.75	11.24	104
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	Nr.2-1/19A	100.00	1.32	9.3	5.97	113
Paprika (augalinis)	Nr. S-40	100.00	1.3	0.5	6.6	36
Iš viso:			64.56	77.31	183.33	1687
Iš viso (dienos davinio):			64.56	77.31	183.33	1687

3 Savaitė, Ketvirtadienis (2025-10-16)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba su pupelėmis ir bulguru (augalinis), (tausojantis)	1-3/28ATPVVg 1N	200.00	2.77	2.09	14.5	88
Keptos paukštienos šlaunelės (tausojantis)	Nr. B31	100.00	17.45	12.34	2.12	189
Maltas kiaulienos kepsnys (tausojantis)	Nr.15	100.00	21.69	14.6	9.54	256
Virti varškėčiai su grietine (tausojantis)	Nr. 82	240.00	31.78	26.54	47.77	557
Lietiniai su varške	Nr. B74	240.00	29.05	30.26	53.11	601
Bulvių košė (augalinis), (tausojantis)	4-3/1TGV 10N	100.00	2.03	6.03	16.01	126
Birūs ryžiai su ciberžole (augalinis)	3-3/12ATGPcPVVg 10N	100.00	2.28	1.83	18.55	100
Arbata su cukrumi	Nr. 17-1/1	200.00	0	0	4.99	20
Arbatžolių arbata nesaldinta	Nr. 17-1/2	200.00	0	0	0	0
Švieži agurkai (augalinis)	Nr. S-36	100.00	0.82	0.2	2.35	14
Švieži pomidorai (augalinis)	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23
Konservuoti žirneliai (augalinis)	Nr. S-41	100.00	4.9	0.2	15.8	85
Burokėlių salotos su kepintais svogūnais (augalinis)	Nr. S-16	100.00	1.91	5.75	11.24	104
Kopūstų, morkų ir paprikų salotos (augalinis)	2-1/1AGPVVg 10N	100.00	1.34	3.05	7.58	63
Iš viso:			117.04	103.09	207.74	2227
Iš viso (dienos davinio):			117.04	103.09	207.74	2227

3 Savaitė, Penktadienis (2025-10-17)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis), (tausojantis)	1-3/39AT	200.00	1.85	3.83	13.51	96
Kiaulienos kepsnys	Nr.9	100.00	22.24	16.18	7.07	263
Pieniškos dešrelės	Nr. B36	130.00	7.83	28.96	6.96	320
Orkaitėje kepti varškės švilpikai su vanilės padažu (tausojantis)	Nr. 7-8/178VT 10N	240.00	36.91	27.55	54.26	613
Veganiška perlinių kruopų košė (augalinis), (tausojantis)	3-3/14ATPcPVVg 10N	100.00	2.78	4.06	21.36	133
Bulvių košė (augalinis), (tausojantis)	4-3/1TGV 10N	100.00	2.03	6.03	16.01	126
Arbata su cukrumi	Nr. 17-1/1	200.00	0	0	4.99	20
Arbatžolių arbata nesaldinta	Nr. 17-1/2	200.00	0	0	0	0
Švieži agurkai (augalinis)	Nr. S-36	100.00	0.82	0.2	2.35	14
Švieži pomidorai (augalinis)	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23
Burokėlių salotos su kepintais svogūnais (augalinis)	Nr. S-16	100.00	1.91	5.75	11.24	104
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	Nr.2-1/19A	100.00	1.32	9.3	5.97	113
Paprika (augalinis)	Nr. S-40	100.00	1.3	0.5	6.6	36
Iš viso:			80.01	102.56	154.5	1861
Iš viso (dienos davinio):			80.01	102.56	154.5	1861

4 Savaitė, Pirmadienis (2025-10-20)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su vištienos filė gabaliukais (augalinis), (tausojantis)	1-3/23T 10N	200.00	11.85	4.38	10.15	127
Troškinta paukštiena (tausojantis)	Nr. B29	140.00	23.15	11.83	5.94	223
Maltas kiaulienos kepsnys (tausojantis)	Nr.15	100.00	21.69	14.6	9.54	256
Pilno grūdo makaronai su sūriu ir pomidoru padažu (augalinis)		290.00	21.35	17.13	85.84	583
Bulvių košė (augalinis), (tausojantis)	4-3/1TGV 10N	100.00	2.03	6.03	16.01	126
Biri grikių kruopų košė (augalinis)	3-3/6ATGPPcVgV 10N	100.00	5.92	15.11	32.57	290
Arbatžolių arbata nesaldinta	Nr. 17-1/2	200.00	0	0	0	0
Arbata su cukrumi	Nr. 17-1/1	200.00	0	0	4.99	20
Švieži pomidorai (augalinis)	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23
Švieži agurkai (augalinis)	Nr. S-36	100.00	0.82	0.2	2.35	14
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	Nr.2-1/19A	100.00	1.32	9.3	5.97	113
Salierų, morkų ir obuolių salotos (augalinis)	2-1/8AGPPcVVg 10N	100.00	1.13	5.29	9.13	89
Marinuoti agurkai (augalinis)	Nr. S-38	100.00	1.02	0	7.14	33
Burokėlių salotos su kepintais svogūnais (augalinis)	Nr. S-16	100.00	1.91	5.75	11.24	104
Konservuoti žirneliai (augalinis)	Nr. S-41	100.00	4.9	0.2	15.8	85
Iš viso:			98.11	90.02	220.85	2086
Iš viso (dienos davinio):			98.11	90.02	220.85	2086

4 Savaitė, Antradienis (2025-10-21)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška miežinių kruopų sriuba su sviestu (tausojanti)	1-3/32T	200.00	4.42	6.02	12.52	122
Jautienos troškiny su padažu (tausojantis)	Nr. 8	100.00	24.15	19.55	6.13	297
Kepta vištienos filė (tausojantis)	Nr.B30	100.00	37.53	9.14	7.52	262
Tradicinis varškės apkepas (tausojantis)	7-8/170TV 1N	240.00	29.16	46.35	28.11	646
Grikiai su morkomis ir cukinija (augalinis)	Nr. 3-5/103TGVPc 10N	200.00	8.27	24.77	44.22	433
Bulvių košė (augalinis), (tausojantis)	4-3/1TGV 10N	100.00	2.03	6.03	16.01	126
Veganiška perlinių kruopų košė (augalinis), (tausojantis)	3-3/14ATPcPVVg 10N	100.00	2.78	4.06	21.36	133
Arbata su cukrumi	Nr. 17-1/1	200.00	0	0	4.99	20
Arbatžolių arbata nesaldinta	Nr. 17-1/2	200.00	0	0	0	0
Švieži agurkai (augalinis)	Nr. S-36	100.00	0.82	0.2	2.35	14
Švieži pomidorai (augalinis)	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	Nr.2-1/19A	100.00	1.32	9.3	5.97	113
Paprika (augalinis)	Nr. S-40	100.00	1.3	0.5	6.6	36
Burokėlių salotos su kepintais svogūnais (augalinis)	Nr. S-16	100.00	1.91	5.75	11.24	104
Troškintos daržovės (asorti)	Nr. 12	100.00	2.15	5.91	4.16	78
Iš viso:			116.86	137.78	175.36	2409
Iš viso (dienos davinio):			116.86	137.78	175.36	2409

4 Savaitė, Trečiadienis (2025-10-22)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis), (augalinis)	1-3/26 AT	200.00	6.5	9.9	35.32	256
Balandėliai su mėsa (tausojantis)	Nr.B63	260.00	20.13	32.16	23.61	464
Maltas paukštienos kepsnys (tausojantis)	Nr. B34	100.00	32.25	11.08	8.13	261
Kepti varškėčiai su padažu	Nr. 83	240.00	35.44	62.44	33.21	837
Virtas bulguras (augalinis), (tausojantis)	3-3/9ATPcPVVg 1N	100.00	6.29	2.97	32.91	184
Bulvių košė (augalinis), (tausojantis)	4-3/1TGV 10N	100.00	2.03	6.03	16.01	126
Arbatžolių arbata nėsaldinta	Nr. 17-1/2	200.00	0	0	0	0
Arbata su cukrumi	Nr. 17-1/1	200.00	0	0	4.99	20
Švieži agurkai (augalinis)	Nr. S-36	100.00	0.82	0.2	2.35	14
Švieži pomidorai (augalinis)	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23
Paprika (augalinis)	Nr. S-40	100.00	1.3	0.5	6.6	36
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	Nr.2-1/19A	100.00	1.32	9.3	5.97	113
Burokėlių salotos su kepintais svogūnais (augalinis)	Nr. S-16	100.00	1.91	5.75	11.24	104
Morkų salotos su česnakais (augalinis)	Nr. S-11	100.00	1.34	5.07	10.08	91
Virti brokoliai (augalinis), (tausojantis)	2-3/ATGPcPVVg 10N	100.00	2.91	4.94	5.53	78
Iš viso:			113.26	150.54	200.13	2608
Iš viso (dienos davinio):			113.26	150.54	200.13	2608

4 Savaitė, Ketvirtadienis (2025-10-23)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lietuviški šaltibarščiai (augalinis)	1-1/16V 1N	200.00	6.2	9.72	7.46	142
Šamo maltinukai su sūrio ir žirnelių padažu (tausojantis)	9-8/170T 1N	100.00	3.59	14.95	5.27	170
Kiaulienos kepsnys	Nr.9	100.00	22.24	16.18	7.07	263
Virtų bulvių blynai su varškės įdaru	Nr. B52	240.00	14.19	27.84	53.03	519
Arbatžolių arbata nėsaldinta	Nr. 17-1/2	200.00	0	0	0	0
Arbata su cukrumi	Nr. 17-1/1	200.00	0	0	4.99	20
Bulvių košė (augalinis), (tausojantis)	4-3/1TGV 10N	100.00	2.03	6.03	16.01	126
Birūs ryžiai su ciberžole (augalinis)	3-3/12ATGPcPVG 10N	100.00	2.28	1.83	18.55	100
Švieži pomidorai (augalinis)	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23
Švieži agurkai (augalinis)	Nr. S-36	100.00	0.82	0.2	2.35	14
Paprika (augalinis)	Nr. S-40	100.00	1.3	0.5	6.6	36
Burokėlių salotos su kepintais svogūnais (augalinis)	Nr. S-16	100.00	1.91	5.75	11.24	104
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	Nr.2-1/19A	100.00	1.32	9.3	5.97	113
Virti brokoliai (augalinis), (tausojantis)	2-3/ATGPcPVG 10N	100.00	2.91	4.94	5.53	78
Iš viso:			59.81	97.44	148.25	1709
Iš viso (dienos davinio):			59.81	97.44	148.25	1709

4 Savaitė, Penktadienis (2025-10-24)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Plėšytos kalakutienos sriuba su perliniu kuskusu (tausojantis), (augalinis)	1-3/26T 10N	200.00	9.94	2.66	6.52	90
Traški vištienos filė	10-8/162GP 10S	100.00	28.67	2.43	16.45	202
Maltas kiaulienos kepsnys (tausojantis)	Nr.15	100.00	21.69	14.6	9.54	256
Tradiciniai virti varškėčiai su grietinėlės ir sviesto padažu (tausojantis)	7-3/61TV 1N	240.00	28.25	40.9	48.12	674
Bulvių košė (augalinis), (tausojantis)	4-3/1TGV 10N	100.00	2.03	6.03	16.01	126
Viso grūdo makaronai su alyvuogių aliejumi ir prieskoninėmis žolelėmis (augalinis), (tausojantis)	6-3/62AT	100.00	2.72	5.5	21.59	147
Arbatžolių arbata nesaldinta	Nr. 17-1/2	200.00	0	0	0	0
Arbata su cukrumi	Nr. 17-1/1	200.00	0	0	4.99	20
Švieži agurkai (augalinis)	Nr. S-36	100.00	0.82	0.2	2.35	14
Švieži pomidorai (augalinis)	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23
Paprika (augalinis)	Nr. S-40	100.00	1.3	0.5	6.6	36
Burokėlių salotos su kepintais svogūnais (augalinis)	Nr. S-16	100.00	1.91	5.75	11.24	104
Morkų salotos su česnakais (augalinis)	Nr. S-11	100.00	1.34	5.07	10.08	91
Iš viso:			99.69	83.84	157.67	1784
Iš viso (dienos davinio):			99.69	83.84	157.67	1784

1 Savaitė, Pirmadienis (2025-10-27)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Skaldytų žirnių sriuba su bulvėmis (tausojantis), (augalinis)	1-3/37ATGPVVg 1N	200.00	5.65	1.99	20.06	121
Troškinta kiaulienos kumpinė su padažu (tausojantis)	Nr.B1	100.00	18.34	13.54	5.43	217
Maltas paukštienos kepsnys (tausojantis)	Nr. B34	100.00	32.25	11.08	8.13	261
Tradiciniai lietuviški blynai	6-6/120 10	240.00	21.76	44.28	118.09	958
Veganiška perlinių kruopų košė (augalinis), (tausojantis)	3-3/14ATPcPVG 10N	100.00	2.78	4.06	21.36	133
Bulvių košė (augalinis), (tausojantis)	4-3/1TGV 10N	100.00	2.03	6.03	16.01	126
Arbata su cukrumi	Nr. 17-1/1	200.00	0	0	4.99	20
Arbatžolių arbata nesaldinta	Nr. 17-1/2	200.00	0	0	0	0
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	Nr.2-1/19A	100.00	1.32	9.3	5.97	113
Švieži agurkai (augalinis)	Nr. S-36	100.00	0.82	0.2	2.35	14
Švieži pomidorai (augalinis)	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23
Konservuoti žirneliai (augalinis)	Nr. S-41	100.00	4.9	0.2	15.8	85
Paprika (augalinis)	Nr. S-40	100.00	1.3	0.5	6.6	36
Iš viso:			92.17	91.38	228.97	2107
Iš viso (dienos davinio):			92.17	91.38	228.97	2107

1 Savaitė, Antradienis (2025-10-28)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška grikių kruopų sriuba (tausojanti)	Nr.B26	200.00	5.52	6.3	16.73	146
Maltas kiaulienos kepsnys (tausojantis)	Nr.15	100.00	21.69	14.6	9.54	256
Tarkuotų bulvių cepelinai su mėsa	Nr. 47	240.00	14.81	17.76	63.53	473
Tarkuotų bulvių cepelinai su varške	Nr. 49	240.00	14.59	17.86	65.03	479
Bulvių košė (augalinis), (tausojantis)	4-3/1TGV 10N	100.00	2.03	6.03	16.01	126
Perlinis kuskusas (augalinis)	Nr. 3-3/9ATPcPVVg 10N	100.00	3.31	20.44	20.42	279
Arbatžolių arbata nesaldinta	Nr. 17-1/2	200.00	0	0	0	0
Arbata su cukrumi	Nr. 17-1/1	200.00	0	0	4.99	20
Švieži agurkai (augalinis)	Nr. S-36	100.00	0.82	0.2	2.35	14
Švieži pomidorai (augalinis)	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23
Burokėlių salotos su kepintais svogūnais (augalinis)	Nr. S-16	100.00	1.91	5.75	11.24	104
Paprika (augalinis)	Nr. S-40	100.00	1.3	0.5	6.6	36
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	Nr.2-1/19A	100.00	1.32	9.3	5.97	113
Troškintos daržovės (asorti)	Nr. 12	100.00	2.15	5.91	4.16	78
Iš viso:			70.47	104.85	230.75	2149
Iš viso (dienos davinio):			70.47	104.85	230.75	2149

1 Savaitė, Trečiadienis (2025-10-29)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis, bulvėmis, morkomis (augalinis), (tausojantis)	1-3/27AT	200.00	3.37	3.93	19.02	125
Troškinta jautienos kumpinė su padažu (tausojantis)	Nr.B1.1	100.00	20.14	16.3	5.1	248
Traški vištienos filė	10-8/162GP 10S	100.00	28.67	2.43	16.45	202
Tradiciniai virti varškėčiai su grietinėlės ir sviesto padažu (tausojantis)	7-3/61TV 1N	240.00	28.25	40.9	48.12	674
Birūs ryžiai su ciberžole (augalinis)	3-3/12ATGPcPVVg 10N	100.00	2.28	1.83	18.55	100
Bulvių košė (augalinis), (tausojantis)	4-3/1TGV 10N	100.00	2.03	6.03	16.01	126
Arbatžolių arbata nesaldinta	Nr. 17-1/2	200.00	0	0	0	0
Arbata su cukrumi	Nr. 17-1/1	200.00	0	0	4.99	20
Švieži pomidorai (augalinis)	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23
Švieži agurkai (augalinis)	Nr. S-36	100.00	0.82	0.2	2.35	14
Burokėlių salotos su kepintais svogūnais (augalinis)	Nr. S-16	100.00	1.91	5.75	11.24	104
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	Nr.2-1/19A	100.00	1.32	9.3	5.97	113
Paprika (augalinis)	Nr. S-40	100.00	1.3	0.5	6.6	36
Virti brokoliai (augalinis), (tausojantis)	2-3/ATGPcPVVg 10N	100.00	2.91	4.94	5.53	78
Iš viso:			94.02	92.31	164.11	1863
Iš viso (dienos davinio):			94.02	92.31	164.11	1863

1 Savaitė, Ketvirtadienis (2025-10-30)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su vištienos filė gabaliukais (augalinis), (tausojantis)	1-3/23T 10N	200.00	11.85	4.38	10.15	127
Lašišos kepsnys 100gr. (tausojantis)	Nr. B38	100.00	22.3	24.54	4.08	326
Paukšties kukuliai (tausojantis)	Nr. 35	75.00	19.2	16.4	2.28	234
Kepti varškėčiai su grietine ir uogomis (tausojantis)	82	240.00	32.96	46.71	32.71	683
Biri grikių kruopų košė (augalinis)	3-3/6ATGPPcVgV 10N	100.00	5.92	15.11	32.57	290
Bulvių košė (augalinis), (tausojantis)	4-3/1TGV 10N	100.00	2.03	6.03	16.01	126
Arbata su cukrumi	Nr. 17-1/1	200.00	0	0	4.99	20
Arbatžolių arbata nesaldinta	Nr. 17-1/2	200.00	0	0	0	0
Švieži agurkai (augalinis)	Nr. S-36	100.00	0.82	0.2	2.35	14
Švieži pomidorai (augalinis)	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	Nr.2-1/19A	100.00	1.32	9.3	5.97	113
Troškinti burokėliai (augalinis), (tausojantis)	Nr. 4-5/5ATGPVVg 10N	100.00	1.75	6.45	10.57	107
Paprika (augalinis)	Nr. S-40	100.00	1.3	0.5	6.6	36
Virti brokoliai (augalinis), (tausojantis)	2-3/ATGPcPVG 10N	100.00	2.91	4.94	5.53	78
Iš viso:			103.38	134.76	137.99	2178
Iš viso (dienos davinio):			103.38	134.76	137.99	2178

1 Savaitė, Penktadienis (2025-10-31)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis), (augalinis)	1-3/28 AT	200.00	1.71	3.87	10.84	85
Maltas paukštienos kepsnys (tausojantis)	Nr. B34	100.00	32.25	11.08	8.13	261
Makaronai su daržovėmis ir dešrelėmis (augalinis), (tausojantis)	6-5/101T 1N	200.00	5.37	25.79	25.14	354
Virtinukai su mėsa	Nr. B81	240.00	25.2	18.6	47.34	458
Bulvių košė (augalinis), (tausojantis)	4-3/1TGV 10N	100.00	2.03	6.03	16.01	126
Virtas bulguras (augalinis), (tausojantis)	3-3/9ATPcPVVg 1N	100.00	6.29	2.97	32.91	184
Švieži pomidorai (augalinis)	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23
Švieži agurkai (augalinis)	Nr. S-36	100.00	0.82	0.2	2.35	14
Burokėlių salotos su kepintais svogūnais (augalinis)	Nr. S-16	100.00	1.91	5.75	11.24	104
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	Nr.2-1/19A	100.00	1.32	9.3	5.97	113
Konservuoti agurkai		100.00	1	0	7	32
Paprika (augalinis)	Nr. S-40	100.00	1.3	0.5	6.6	36
Iš viso:			80.22	84.29	177.71	1790
Iš viso (dienos davinio):			80.22	84.29	177.71	1790