

Pakruojo Žemynos progimnazija

P. Mašiotų 45, Pakruojis, Lietuva

(įstaigos pavadinimas, adresas)

20 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

-

(amžiaus grupė)



Patvirtinta Pakruojo Žemynos progimnazijos direktoriaus 2025-08-26 įsakymu Nr. V-71-(1.3)

1 Savaitė, Pirmadienis (2026-08-31)

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	
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	19.93	15.56	6.52	246
Maltas paukštienos šlaunelių kepsnys (tausojantis)	Nr. B34.1	100.00	25.05	22.01	7.79	329
Tradiciniai jogurtiniai blynėliai	6-6/101V 10N	240.00	21.94	37.8	118.05	900
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
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	0.8	0.2	2.3	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:			87.25	114.23	228.69	2292
Iš viso dienos davinio :			87.25	114.23	228.69	2292



Patvirtinta Pakruojo Žemynos progimnazijos direktoriaus 2025-08-26 įsakymu Nr. V-71-(1.3)

1 Savaitė, Antradienis (2026-09-01)

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 grikių kruopų sriuba (tausojanti)	Nr.B26	200.00	5.52	6.3	16.73	146
Kiaulienos kepsnys	Nr.9	100.00	22.24	16.18	7.07	263
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
Virtas bulguras (augalinis), (tausojantis)	3-3/9ATPcPVVg 1N	100.00	6.29	2.97	32.91	184
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	0.8	0.2	2.3	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:			73.98	88.96	240.72	2059
Iš viso dienos davinio :			73.98	88.96	240.72	2059



Patvirtinta Pakruojo Žemynos progimnazijos direktoriaus 2025-08-26 įsakymu Nr. V-71-(1.3)

1 Savaitė, Trečiadienis (2026-09-02)

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	
Burokėlių sriuba su pupelėmis, bulvėmis, morkomis (augalinis), (tausojantis)	1-3/27AT	200.00	3.37	3.93	19.02	125
Maltas paukštienos kepsnys (tausojantis)	Nr. B34	100.00	32.25	11.08	8.13	261
Jautienos troškiny su padažu (tausojantis)	Nr. 8	100.00	24.15	19.55	6.13	297
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	0.8	0.2	2.3	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 žirneliai (augalinis)	Nr. S-41	100.00	4.9	0.2	15.8	85
Marinuoti agurkai (augalinis)	Nr. S-38	100.00	1.02	0	7.14	33
Iš viso:			103.3	98.97	167.58	1974
Iš viso dienos davinio :			103.3	98.97	167.58	1974



Patvirtinta Pakruojo Žemynos progimnazijos direktoriaus 2025-08-26 įsakymu Nr. V-71-(1.3)

1 Savaitė, Ketvirtadienis (2026-09-03)

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	
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
Maltas paukštienos kepsnys (tausojantis)	Nr. B34	100.00	32.25	11.08	8.13	261
Kepti varškėčiai su grietine ir uogomis (tausojantis)	82	260.00	35.03	49.11	43.87	758
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	0.8	0.2	2.3	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
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
Iš viso:			119.33	125.9	159.29	2248
Iš viso dienos davinio :			119.33	125.9	159.29	2248



Patvirtinta Pakruojo Žemynos progimnazijos direktoriaus 2025-08-26 įsakymu Nr. V-71-(1.3)

1 Savaitė, Penktadienis (2026-09-04)

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
Troškinta kiaulienos kumpinė su padažu (tausojantis)	Nr.B1	100.00	19.93	15.56	6.52	246
Paukštienos kukuliai (tausojantis)	Nr. 35	75.00	19.2	16.4	2.28	234
Tradicinis varškės apkepas (tausojantis)	7-8/170TV 1N	240.00	29.19	43.47	30.71	631
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
Švieži agurkai (augalinis)	Nr. S-36	100.00	0.8	0.2	2.3	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
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
Iš viso:			84.29	102.81	124.4	1760
Iš viso dienos davinio :			84.29	102.81	124.4	1760



Patvirtinta Pakruojo Žemynos progimnazijos direktoriaus 2025-08-26 įsakymu Nr. V-71-(1.3)

2 Savaitė, Pirmadienis (2026-09-07)

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 agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis), (augalinis)	1-3/29TV 1N	200.00	2.07	3.75	16.8	109
Troškinta kiaulienos kumpinė su padažu (tausojantis)	Nr.B1	100.00	19.93	15.56	6.52	246
Maltas kiaulienos kepsnys (tausojantis)	Nr.15	200.00	43.38	29.2	19.08	513
Bulvių ir cukinijų kugelis su sviesto-grietinės padažu	4-8/163GV 10N	240.00	7.05	28.91	31.73	415
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
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	0.8	0.2	2.3	14
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/ATGPcPVVg 10N	100.00	2.91	4.94	5.53	78
Iš viso:			82.79	99.92	131.66	1757
Iš viso dienos davinio :			82.79	99.92	131.66	1757



Patvirtinta Pakruojo Žemynos progimnazijos direktoriaus 2025-08-26 įsakymu Nr. V-71-(1.3)

2 Savaitė, Antradienis (2026-09-08)

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	
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (tausojantis), (augalinis)	1-3/35 AT	200.00	5.74	5.01	19.61	146
Traški vištienos filė	10-8/162GP 10S	100.00	28.67	2.43	16.45	202
Maltas paukštienos šlaunelių kepsnys (tausojantis)	Nr. B34.1	100.00	25.05	22.01	7.79	329
Kepti varškėčiai su grietine ir uogomis (tausojantis)	82	240.00	32.34	45.33	40.5	699
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
Švieži agurkai (augalinis)	Nr. S-36	100.00	0.8	0.2	2.3	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
Iš viso:			108.38	102.27	171.44	2040
Iš viso dienos davinio :			108.38	102.27	171.44	2040



Patvirtinta Pakruojo Žemynos progimnazijos direktoriaus 2025-08-26 įsakymu Nr. V-71-(1.3)

2 Savaitė, Trečiadienis (2026-09-09)

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 makaronų sriuba (tausojanti)	Nr. B27	200.00	5.18	5.8	16.78	140
Kiaulienos kumpinės troškiny su ryžiais (tausojantis)	Nr. M-3.1	200.00	29.46	18.51	20.16	365
Maltas kiaulienos kepsnys (tausojantis)	Nr.15	100.00	21.69	14.6	9.54	256
Mieliniai blynai	Nr.B72	240.00	23.48	28.91	124.53	852
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	0.8	0.2	2.3	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
Marinuoti agurkai (augalinis)	Nr. S-38	100.00	1.02	0	7.14	33
Iš viso:			89.31	85.5	238.46	2081
Iš viso dienos davinio :			89.31	85.5	238.46	2081

Patvirtinta Pakruojo Žemynos progimnazijos direktoriaus 2025-08-26 įsakymu Nr. V-71-(1.3)

2 Savaitė, Ketvirtadienis (2026-09-10)

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	
Lietuviški šaltibarščiai (augalinis)	1-1/16V 1N	200.00	6.2	9.72	7.46	142
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
Virtų bulvių cepelinai su mėsa	4-3/6T 1N	240.00	18.41	27.63	58.94	558
Virtų bulvių cepelinai su varške (tausojantis)	4-3/6TGV 1N	240.00	13.5	27.46	59.42	539
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
Švieži agurkai (augalinis)	Nr. S-36	100.00	0.8	0.2	2.3	14
Konservuoti žirneliai (augalinis)	Nr. S-41	100.00	4.9	0.2	15.8	85
Marinuoti burokėliai obuolių sultyse (augalinis)	Nr. 2-1/6AGPPcVVg 10N	100.00	1.06	12.83	8.79	155
Iš viso:			100.04	105.16	221.06	2231
Iš viso dienos davinio :			100.04	105.16	221.06	2231

Patvirtinta Pakruojo Žemynos progimnazijos direktoriaus 2025-08-26 įsakymu Nr. V-71-(1.3)

2 Savaitė, Penktadienis (2026-09-11)

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	
Žirnių - perlinių kruopų sriuba (augalinis), (tausojantis)	Nr. B16	200.00	4.68	4.21	19.4	134
Šamo filė kepsnys 100 g. (tausojantis)	Nr.B38	100.00	1.71	5.77	7.31	88
Paukštienos kukuliai (tausojantis)	Nr. 35	75.00	19.2	16.4	2.28	234
Virti varškėčiai su grietine (tausojantis)	Nr. 82	240.00	31.78	26.54	47.77	557
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	0.8	0.2	2.3	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
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
Iš viso:			68.03	76.73	146.6	1549
Iš viso dienos davinio :			68.03	76.73	146.6	1549



Patvirtinta Pakruojo Žemynos progimnazijos direktoriaus 2025-08-26 įsakymu Nr. V-71-(1.3)

3 Savaitė, Pirmadienis (2026-09-14)

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	
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
Tradicinis varškės apkepas (tausojantis)	7-8/170TV 1N	240.00	29.19	43.47	30.71	631
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
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	0.8	0.2	2.3	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
Morkų salotos su česnakais (augalinis)	Nr. S-11	100.00	1.34	5.07	10.08	91
Iš viso:			81.52	96.22	128.61	1707
Iš viso dienos davinio :			81.52	96.22	128.61	1707

Patvirtinta Pakruojo Žemynos progimnazijos direktoriaus 2025-08-26 įsakymu Nr. V-71-(1.3)

3 Savaitė, Antradienis (2026-09-15)

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	0.8	0.2	2.3	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
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
Morkų salotos su česnakais (augalinis)	Nr. S-11	100.00	1.34	5.07	10.08	91
Iš viso:			98.18	157.35	142.39	2378
Iš viso dienos davinio :			98.18	157.35	142.39	2378

Patvirtinta Pakruojo Žemynos progimnazijos direktoriaus 2025-08-26 įsakymu Nr. V-71-(1.3)

3 Savaitė, Trečiadienis (2026-09-16)

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	
Vištienos filė frikadelių sriuba (augalinis), (tausojantis)	Nr. 1-3/31TG 10N	200.00	6.2	4.23	8.53	97
Lašišos kepsnys 100gr. (tausojantis)	Nr. B38	100.00	22.3	24.54	4.08	326
Paukštienos kukuliai (tausojantis)	Nr. 35	75.00	19.2	16.4	2.28	234
Pilno grūdo makaronai su sūriu ir pomidoru padažu (augalinis)	Nr.66	290.00	21.35	17.13	85.84	583
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
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	0.8	0.2	2.3	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
Konservuoti žirneliai (augalinis)	Nr. S-41	100.00	4.9	0.2	15.8	85
Iš viso:			85.11	88.54	189.18	1894
Iš viso dienos davinio :			85.11	88.54	189.18	1894

Patvirtinta Pakruojo Žemynos progimnazijos direktoriaus 2025-08-26 įsakymu Nr. V-71-(1.3)

3 Savaitė, Ketvirtadienis (2026-09-17)

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	
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
Virtos bulvės (augalinis), (tausojantis)	4-3/65ATv	100.00	2.08	0.1	19.04	85
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	0.8	0.2	2.3	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
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:			119.2	109.32	213.27	2314
Iš viso dienos davinio :			119.2	109.32	213.27	2314

Patvirtinta Pakruojo Žemynos progimnazijos direktoriaus 2025-08-26 įsakymu Nr. V-71-(1.3)

3 Savaitė, Penktadienis (2026-09-18)

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	
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
Pieniškės dešrelės	Nr. B36	130.00	7.83	28.96	6.96	320
Bulvinukai (augalinis), (tausojantis)	56	240.00	6.73	23.07	64.73	493
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	0.8	0.2	2.3	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:			52.95	109.13	176.13	1898
Iš viso dienos davinio :			52.95	109.13	176.13	1898



Patvirtinta Pakruojo Žemynos progimnazijos direktoriaus 2025-08-26 įsakymu Nr. V-71-(1.3)

4 Savaitė, Pirmadienis (2026-09-21)

Pietūs 10:20 - 13:05 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, 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	100.00	19.04	15.22	5.79	236
Maltas kiaulienos kepsnys (tausojantis)	Nr.15	100.00	21.69	14.6	9.54	256
Pilno grūdo makaronai su sūriu ir pomidoru padažu (augalinis)	Nr.66	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	0.8	0.2	2.3	14
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	Nr.2-1/19A	100.00	1.32	9.3	5.97	113
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
Morkų salotos su česnakais (augalinis)	Nr. S-11	100.00	1.34	5.07	10.08	91
Iš viso:			92.56	87.94	209.82	2001
Iš viso dienos davinio :			92.56	87.94	209.82	2001



Patvirtinta Pakruojo Žemynos progimnazijos direktoriaus 2025-08-26 įsakymu Nr. V-71-(1.3)

4 Savaitė, Antradienis (2026-09-22)

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	
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
Virtų bulvių - varškės kukuliai (tausojantis)	Nr.B57	240.00	15.56	19.64	51.8	446
Bulvių košė (augalinis), (tausojantis)	4-3/1TGV 10N	100.00	2.03	6.03	16.01	126
Veganiška perlinių kruopų košė (augalinis), (tausojantis)	3-3/14ATPcPVG 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	0.8	0.2	2.3	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
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
Morkų salotos su česnakais (augalinis)	Nr. S-11	100.00	1.34	5.07	10.08	91
Iš viso:			95.01	90.87	158.26	1831
Iš viso dienos davinio :			95.01	90.87	158.26	1831

Patvirtinta Pakruojo Žemynos progimnazijos direktoriaus 2025-08-26 įsakymu Nr. V-71-(1.3)

4 Savaitė, Trečiadienis (2026-09-23)

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	
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	34	23.61	481
Maltas paukštienos kepsnys (tausojantis)	Nr. B34	100.00	32.25	11.08	8.13	261
Kepti varškėčiai su grietine ir uogomis (tausojantis)	82	260.00	35.03	49.11	43.87	758
Virtas bulguras (augalinis), (tausojantis)	3-3/9ATPcPVG 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 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	0.8	0.2	2.3	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
Troškintos daržovės (asorti)	Nr. 12	100.00	2.15	5.91	4.16	78
Iš viso:			110.73	134.95	199.29	2455
Iš viso dienos davinio :			110.73	134.95	199.29	2455



Patvirtinta Pakruojo Žemynos progimnazijos direktoriaus 2025-08-26 įsakymu Nr. V-71-(1.3)

4 Savaitė, Ketvirtadienis (2026-09-24)

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	
Lietuviški šaltibarščiai (augalinis)	1-1/16V 1N	200.00	6.2	9.72	7.46	142
Šilkiniai menkės kukuliai sūrio padaže (tausojantis)	9-8/167T 1N	130.00	20.14	16.56	10.26	271
Kiaulienos kepsnys	Nr.9	100.00	22.24	16.18	7.07	263
Bananiniai ir obuoliniai blyneliai	6-6/128V 1N	240.00	12.38	25.11	80.96	599
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
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 pomidorai (augalinis)	Nr. S-37	100.00	1.02	0.2	4.18	23
Švieži agurkai (augalinis)	Nr. S-36	100.00	0.8	0.2	2.3	14
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
Marinuoti agurkai (augalinis)	Nr. S-38	100.00	1.02	0	7.14	33
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	Nr.2-1/19A	100.00	1.32	9.3	5.97	113
Iš viso:			77.27	109.69	193.8	2071
Iš viso dienos davinio :			77.27	109.69	193.8	2071

Patvirtinta Pakruojo Žemynos progimnazijos direktoriaus 2025-08-26 įsakymu Nr. V-71-(1.3)

4 Savaitė, Penktadienis (2026-09-25)

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	
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
Birūs ryžiai su ciberžole (augalinis)	3-3/12ATGPcPVVg 10N	100.00	2.28	1.83	18.55	100
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	0.8	0.2	2.3	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
Iš viso:			97.91	83.9	143.87	1722
Iš viso dienos davinio :			97.91	83.9	143.87	1722