

Jurbarko r. Skirsnemunės Jurgio Baltrušaičio pagrindinė mokykla

Šaltinio g. 22 Skirsnemunė, LT 74482, Jurbarko r.

(įstaigos pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

6-10 metų

(amžiaus grupė)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 08:00 iki 17:00 val.

Direktorė, Dainora Saulėnienė

1 Savaitė, Pirmadienis

Vakarienė 16:00 - 16:30 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) *	V016	180.00	22.89	16.41	26.63	346
Jogurtinė grietinė 10% (P,) *	P06	15.00	0.45	1.5	0.6	18
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	35.00	0.3	0.13	4.47	20
Nesaldinta arbata	G003	200.00	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	V02	100.00	0.8	0.2	11	49
Iš viso:			24.44	18.24	42.7	433
Iš viso dienos davinio :			24.44	18.24	42.7	433

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

Direktorė, Dainora Saulėnienė

1 Savaitė, Antradienis

Vakarienė 16:00 - 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Skryliai (tausojantis) (G, K)*	M009	130.00	10.3	4.24	62.09	328
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	30.00	0.26	0.11	3.83	17
Grietinė 30% (P)*	P04	10.00	0.24	3	0.31	29
Nesaldinta arbata	G003	200.00	0	0	0	0
Kriaušės (augalinis)	V06	100.00	0.4	0.3	13.4	58
Iš viso:			11.2	7.65	79.63	432
Iš viso dienos davinio :			11.2	7.65	79.63	432

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

Direktorė, Dainora Saulėnienė

1 Savaitė, Trečiadienis

Vakariinė 16:00 - 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išselga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti viso grūdo lietiniai blynai su varške (koreguotas kiaušinių ir kvietinių miltų kiekis) (tausojantis) (G, K, P,) *	6-8/163TV 10NK	200.00	15.94	15.8	36.93	354
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	40.00	0.34	0.15	5.11	23
Natūralus jogurtas 3,8% (P,) *	J01	20.00	0.86	0.76	0.96	14
Nesaldinta arbata	G003	200.00	0	0	0	0
Persikai (augalinis)	V005	100.00	0.8	0.2	12.1	53
Iš viso:			17.94	16.91	55.1	444
Iš viso dienos davinio :			17.94	16.91	55.1	444

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

Direktorė, Dainora Saulėnienė

1 Savaitė, Ketvirtadienis



Vakarienė 16:00 - 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Viso grūdo spelta miltų sklandžiai su obuoliais ir bananais (tausojantis) (G, K, P,)*	6-8/161T	200.00	13.65	12.56	51.49	374
Natūralus jogurtas 3,8% (P,)*	J01	15.00	0.65	0.57	0.72	11
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	30.00	0.26	0.11	3.83	17
Nesaldinta arbata	G003	200.00	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	V07	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Iš viso:			14.88	13.56	66.44	447
Iš viso dienos davinio :			14.88	13.56	66.44	447

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

Direktorė, Dainora Saulėnienė

1 Savaitė, Penktadienis



Vakarienė 16:00 - 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų rizotas (tausojantis) (G, P) *	3-3/8TPcV 10N	220.00	10.67	15.28	45.3	361
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 10N	80.00	0.88	0.28	3.92	22
Nesaldinta arbata	G003	200.00	0	0	0	0
Vaisių lėkštelė (augalinis)	Vais001	100.00	0.73	0.37	12.77	57
Iš viso:			12.28	15.93	61.99	440
Iš viso dienos davinio :			12.28	15.93	61.99	440

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

Direktorė, Dainora Saulėmenė

2 Savaitė, Pirmadienis



[Handwritten signature]

Vakarienė 16:00 - 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių ir daržovių troškiny su perlinėmis kruopomis (tausojojantis) (G)*	5-5/107AT3	250.00	8.4	7.85	47.1	293
Švieži agurkai (augalinis)	D001	80.00	0.64	0.16	1.86	11
Nesaldinta arbata	G003	200.00	0	0	0	0
Bananai (augalinis)	V01	100.00	1.2	0.3	23.1	100
Iš viso:			10.24	8.31	72.06	404
Iš viso dienos davinio :			10.24	8.31	72.06	404

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai

Direktorė, Dainora Saulienė

2 Savaitė, Antradienis



Vakarienė 16:00 - 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, 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	210.00	11.25	24.06	9.4	299
Morkų salotos su saulėgrąžomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	S020	70.00	1.29	6.68	6.01	89
Nesaldinta arbata	G003	200.00	0	0	0	0
Vaisių lėkštelė (augalinis)	Vais001	100.00	0.73	0.37	12.77	57
Iš viso:			13.27	31.11	28.18	446
Iš viso dienos davinio :			13.27	31.11	28.18	446

* **Alergenai:** P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Direktorė, Dainora Saulėnienė

2 Savaitė, Trečiadienis

Vakarienė 16:00 - 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virtos dešrelės (P)*	Dešr01	110.00	12.54	20.79	4.29	254
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	1(G)	80.00	1.66	0.08	15.13	68
Švieži pomidorai (augalinis)	D02	70.00	0.7	0.14	2.87	16
Nesaldinta arbata	G003	200.00	0	0	0	0
Plėšomos sūrio lazdelės (P)*	P08	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Kriaušės (augalinis)	V06	60.00	0.24	0.18	8.04	35
Iš viso:			20.48	25.35	30.4	432
Iš viso dienos davinio :			20.48	25.35	30.4	432

* **Alergenai:** P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Direktorė, Dainora Saulėnienė

2 Savaitė, Ketvirtadienis

Vakarienė 16:00 - 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Vištienos file ir grikių blynėliai su petražolėmis (K)*	10-6/119GP 10N	150.00	22.38	19.43	18.78	340
Pomidorų padažas (augalinis) (tausojuantis)	14-3/1ATGPVVG 10N	30.00	0.46	2.85	2.09	36
Švieži agurkai (augalinis)	D001	60.00	0.48	0.12	1.39	9
Nesaldinta arbata	G003	200.00	0	0	0	0
Nektarinai (augalinis)	V006	100.00	0.8	0.2	12.1	53
Iš viso:			24.12	22.6	34.36	437
Iš viso dienos davinio :			24.12	22.6	34.36	437

*Alergenai: K - Kiaušiniai ir jų produktai

Direktorė, Dainora Saulėnienė

2 Savaitė, Penktadienis

Vakarienė 16:00 - 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai su fermentiniu sūriu (tausojojantis) (G, K, P)*	M001	180.00	16.35	12.56	50.94	382
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (koreguotos išėigos) (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 10NK	60.00	0.66	0.21	2.94	16
Nesaldinta arbata	G003	200.00	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	V07	80.00	0.32	0.32	10.4	46
Iš viso:			17.33	13.09	64.28	444
Iš viso dienos davinio :			17.33	13.09	64.28	444

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

Direktorė, Dainora Saulėnienė

3 Savaitė, Pirmadienis



Vakarienė 16:00 - 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai (G, K, P)*	1 (M)	140.00	12.52	23.33	62.11	508
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	50.00	0.43	0.19	6.38	29
Nesaldinta arbata	G003	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			12.95	23.52	68.49	537
Iš viso dienos davinio :			12.95	23.52	68.49	537

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

Direktorė, Dainora Saulėgienė

3 Savaitė, Antradienis

Vakarienė 16:00 - 16:30 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 (tausojančis) (P)*	5-5/3ATVVgGP10N	210.00	11.25	24.06	9.4	299
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg10N	70.00	0.77	0.25	3.43	19
Bananai (augalinis)	V01	100.00	1.2	0.3	23.1	100
Nesaldinta arbata	G003	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			13.22	24.61	35.93	418
Iš viso dienos davinio :			13.22	24.61	35.93	418

* **Alergenai:** P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Direktorė, Dainora Saulėnienė

3 Savaitė, Trečiadienis



Vakarienė 16:00 - 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Viso grūdo spelta miltų sklindžiai su obuoliais ir bananais (tausojantis) (G, K, P,)*	6-8/161T	190.00	12.97	11.94	48.92	355
Natūralus jogurtas 3,8% (P,)*	J01	15.00	0.65	0.57	0.72	11
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	50.00	0.43	0.19	6.38	29
Nesaldinta arbata	G003	200.00	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	V02	100.00	0.8	0.2	11	49
Iš viso:			14.85	12.9	67.02	444
Iš viso dienos davinio :			14.85	12.9	67.02	444

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

Direktorė, Dainora Saulėnienė

3 Savaitė, Ketvirtadienis

Vakariene 16:00 - 16:30 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)*	V016	180.00	22.89	16.41	26.63	346
Jogurtinė grietinė 10% (P,)*	P06	15.00	0.45	1.5	0.6	18
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	40.00	0.34	0.15	5.11	23
Nesaldinta arbata	G003	200.00	0	0	0	0
Vynuogės (augalinis)	V05	70.00	0.49	0.28	12.32	54
Iš viso:			24.17	18.34	44.66	440
Iš viso dienos davinio :			24.17	18.34	44.66	440

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

Direktorė, Dainora Saulienė

3 Savaitė, Penktadienis

Vakarienė 16:00 - 16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Makaronai su sviestu (82%) ir varške(9%) (tausojuantis) (G, K, P)*	M011	240.00	14.6	15.46	47.44	387
Nesaldinta arbata	G003	200.00	0	0	0	0
Vaisių lėkštelė (augalinis)	Vais001	100.00	0.73	0.37	12.77	57
Iš viso:			15.33	15.83	60.21	445
Iš viso dienos davinio :			15.33	15.83	60.21	445

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