

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 m.

(amžiaus grupė)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 08:00 iki 17:00 val.

Direktorė, Dainora Saulėnienė

1 Savaitė, Pirmadienis

Pietūs 10:30 - 11:00 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	1.62	1.59	8.07	53
Grietinė 30% (P)*	P04	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Viso grūdo duona (G)*	D01	15.00	2.5	1.2	7.5	51
Orkaitėje kepta vištienos blauzdelių mėsa (koreguota) (tausojantis)	10-8/156TGP 10NK04	90.00	35.37	11.27	1.79	250
Rausvasis padažas (G, P)*	PadRaus01	20.00	0.55	0.73	2.32	18
Birus bulguras (tausojantis) (Augalinis) (G)*	Garn02	120.00	6.08	0.64	28.28	143
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 10N	30.00	0.33	0.11	1.47	8
Morkų ir obuolių salotos su natūraliu jogurtu 3,8% (koreguotos išėigos) (P,)*	2-1/12 3K	50.00	0.82	0.5	4.41	25
Obuoliai (augalinis)	V07	100.00	0.4	0.4	13	57
Stalo vanduo su citrinimos	G009.1	200.00	0.08	0.04	0.92	4
Iš viso:			47.82	17.38	67.85	619
Iš viso dienos davinio :			47.82	17.38	67.85	619

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

Direktorė, Dainora Saulėnienė

1 Savaitė, Antradienis



Pietūs 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Avinžirnių-morkų sriuba(augalinis),(tausojantis)	SR-24	150.00	0.34	0.9	2.77	21
Grietinė 30% (P)*	P04	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Viso grūdo duona (G)*	D01	15.00	2.5	1.2	7.5	51
Makaronai su malta vištiena ir daržovėmis (tausojantis) (G, K)*	6-8/164T 10S	280.00	20.51	9.29	30.24	287
Kopūstų, morkų ir paprikų salotos (augalinis)	2-1/1AGPVVg 10N	100.00	0.97	3.26	6.23	58
Vaisių lėkštelė (augalinis)	Vais001	100.00	0.73	0.37	12.77	57
Stalo vanduo su apelsiniais	G009.2	200.00	0.08	0.02	1.1	5
Plėšomos sūrio lazdelės (P)*	P08	40.00	10.68	8.32	0.14	118
Iš viso:			35.88	24.26	60.84	605
Iš viso dienos davinio :			35.88	24.26	60.84	605

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

Direktorė, Dainora Saulėnienė

1 Savaitė, Trečiadienis



Pietūs 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lietuviški šaltibarščiai (K, P)*	1-1/1GV 10N	130.00	5.27	6.4	6.57	105
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	1(G)	70.00	1.45	0.07	13.24	59
Orkaitėje keptas vištienos maltinukas (tausojantis) (G, K)*	P017	100.00	21.48	8.23	6.45	186
Baltas padažas (G, P)*	Pad04	20.00	0.76	1.14	1.59	20
Virtos grikių kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr013	120.00	5.04	1.24	27.72	142
Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)	2-3/62A 2	50.00	0.96	1.31	5.78	39
Švieži agurkai (augalinis)	D001	40.00	0.32	0.08	0.93	6
Kriaušės (augalinis)	V06	100.00	0.4	0.3	13.4	58
Stalo vanduo su citrinomis	G009.1	200.00	0.08	0.04	0.92	4
Iš viso:			35.76	18.81	76.6	619
Iš viso dienos davinio :			35.76	18.81	76.6	619

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

Direktorė, Dainora Saulėnienė

1 Savaitė, Ketvirtadienis

Pietūs 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba(augalinis),(tausojantis)	SR-30	150.00	1.06	3.67	8.63	72
Grietinė 30% (P)*	P04	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Kiaulienos sprandinės šašlykas su pomidorų padažu (tausojantis)	K001	75.00	23.48	37.62	4.16	449
Virti ryžiai	Virt02	100.00	4.04	0.18	35.31	159
Švieži pomidorai (augalinis)	D02	30.00	0.3	0.06	1.23	7
Švieži agurkai (augalinis)	D001	30.00	0.24	0.06	0.7	4
Apelsinai (augalinis)	V02	100.00	0.8	0.2	11	49
Stalo vanduo su apelsiniais	G009.2	200.00	0.08	0.02	1.1	5
Iš viso:			30.07	42.71	62.22	754
Iš viso dienos davinio :			30.07	42.71	62.22	754

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

Direktorė, Dainora Saulėnienė

1 Savaitė, Penktadienis

Pietūs 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis) (G)*	Sr012	150.00	2.21	1.97	17.1	95
Grietinė 30% (P)*	P04	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Viso grūdo duona (G)*	D01	10.00	1.67	0.8	5	34
Šilkiniai menkės kukuliai sūrio padaže (koreguotas žuvies kiekis) (tausojantis) (G, K, P, Ž)*	9-8/167T 10NK	90.00	14.89	9.33	7.24	172
Bulvių - žirnelių košė (koreguojamas žirnelių, grietinės kiekis) (tausojantis) (P)*	4-3/3TGV 10NK02	100.00	3.44	7.46	17.68	152
Burokėlių ir raugintų agurkų salotos (augalinis)	2-1/6AGPPcVVg 10N	50.00	0.54	1.32	3.03	26
Švieži pomidorai (augalinis)	D02	20.00	0.2	0.04	0.82	4
Vynuogės (augalinis)	V05	70.00	0.49	0.28	12.32	54
Stalo vanduo su citrinomis	G009.1	200.00	0.08	0.04	0.92	4
Plėšomos sūrio lazdelės (P)*	P08	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Iš viso:			28.93	26.3	64.27	610
Iš viso dienos davinio :			28.93	26.3	64.27	610

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

Direktorė, Dainora Saulėnienė

2 Savaitė, Pirmadienis



Pietūs 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr017	150.00	1.53	2.19	7.52	56
Viso grūdo duona (G)*	D01	15.00	2.5	1.2	7.5	51
Grietinė 30% (P)*	P04	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Tradiciniai virti varškėčiai su grietinėlės 35 proc. ir sviesto 82 proc. padažu (koreguotas kiaušinių ir miltų kiekis) (tausojantis) (G, K, P)*	7-3/61TV 10NK35	150.00	17.26	25.64	35.34	441
Kriaušės (augalinis)	V06	100.00	0.4	0.3	13.4	58
Stalo vanduo su citrinimos	G009.1	200.00	0.08	0.04	0.92	4
Iš viso:			21.84	30.27	64.77	619
Iš viso dienos davinio :			21.84	30.27	64.77	619

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

Direktorė, Dainora Saulėnienė

2 Savaitė, Antradienis



Pietūs 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žaliųjų žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr016	150.00	3.17	2.12	12.42	81
Grietinė 30% (P)*	P04	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Viso grūdo duona (G)*	D01	15.00	2.5	1.2	7.5	51
Kiaulienos "Netikras zuikis"(tausojantis) (G, K, P)*	AP-01	110.00	22.03	5.1	9.83	173
Morkų-grietinės-pieno padažas(tausojantis) (G, P)*	PD-8	10.00	0.63	2.06	1.85	28
Grikliai su morkomis ir cukinija (tausojantis) (P)*	3-5/103TGVPc 10N	120.00	2.87	9.03	15.29	154
Švieži pomidorai (augalinis)	D02	35.00	0.35	0.07	1.44	8
Baltagūžių kopūstų salotos su agurkais (augalinis)	S006	50.00	0.76	4.09	3.07	52
Obuoliai (augalinis)	V07	100.00	0.4	0.4	13	57
Stalo vanduo su braškėmis (šald.)	G009.5	200.00	0.1	0.04	0.98	5
Iš viso:			32.88	25.01	65.47	618
Iš viso dienos davinio :			32.88	25.01	65.47	618

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

Direktorė, Dainora Saulėnienė

2 Savaitė, Trečiadienis

Pietūs 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr014	150.00	5.9	2.33	19.55	123
Grietinė 30% (P)*	P04	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Viso grūdo duona (G)*	D01	15.00	2.5	1.2	7.5	51
Plovas su vištiena (tausojantis)	P023	180.00	25.24	8.72	35.22	320
Švieži pomidorai (augalinis)	D02	20.00	0.2	0.04	0.82	4
Virtų burokėlių, obuolių ir morkų salotos su saulėgrąžų sėklomis (augalinis)	2-1/26A 10	40.00	1.12	2.86	4.5	48
Apelsinai (augalinis)	V02	100.00	0.8	0.2	11	49
Stalo vanduo su citrinimos	G009.1	200.00	0.08	0.04	0.92	4
Iš viso:			35.91	16.29	79.6	609
Iš viso dienos davinio :			35.91	16.29	79.6	609

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

Direktorė, Dainora Saulėnienė

2 Savaitė, Ketvirtadienis

Pietūs 10:30 - 11:00 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 (raug. ag.) (tausojantis) (augalinis) (G)*	Sr009k	150.00	2.15	1.7	17.12	92
Viso grūdo duona (G)*	D01	15.00	2.5	1.2	7.5	51
Bulvių plokštainis su vištiena (K, P)*	D010	180.00	17.96	4.56	30.32	234
Grietinė 30% (P)*	P04	20.00	0.48	6	0.63	58
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 10N	70.00	0.77	0.25	3.43	19
Vynuogės (augalinis)	V05	100.00	0.7	0.4	17.6	77
Stalo vanduo su apelsiniais	G009.2	200.00	0.08	0.02	1.1	5
Kefyras 2,5% (P)*	P02	150.00	5.1	3.75	7.35	84
Iš viso:			29.74	17.88	85.05	620
Iš viso dienos davinio :			29.74	17.88	85.05	620

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

Direktorė, Dainora Saulėnienė

2 Savaitė, Penktadienis

Pietūs 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr015	150.00	5.13	2.22	17.37	110
Grietinė 30% (P)*	P04	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Viso grūdo duona (G)*	D01	15.00	2.5	1.2	7.5	51
Keptas orkaitėje žuvies (šamo file) paplotėlis (tausojantis) (G, K, Ž)*	9-8/163T 4K-01	80.00	17.97	4.27	8.56	145
Bulvių košė (tausojantis) (P)*	Gr012	100.00	2.27	2.92	16.68	102
Grietinės 35% ir sviesto 82% padažas (be cukraus) (P)*	Pad01K01	15.00	0.3	9.88	0.42	92
Morkų salotos su saulėgrąžomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	S020	40.00	0.74	3.81	3.43	51
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 10N	25.00	0.28	0.09	1.23	7
Stalo vanduo su citrinomis	G009.1	200.00	0.08	0.04	0.92	4
Apelsinai (augalinis)	V02	100.00	0.8	0.2	11	49
Iš viso:			30.14	25.53	67.2	619
Iš viso dienos davinio :			30.14	25.53	67.2	619

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

Direktorė, Dainora Saulėnienė

3 Savaitė, Pirmadienis

Pietūs 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr005	150.00	1.31	1.53	8.22	52
Grietinė 30% (P)*	P04	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Viso grūdo duona (G)*	D01	15.00	2.5	1.2	7.5	51
Kiaulienos šnicelis (G, K, P)*	K002	80.00	11.7	15.23	15.06	244
Virti makaronai (tausojantis) (G, K)*	Gr0101	100.00	6.19	1.23	33.59	170
Virtų burokėlių, obuolių ir morkų salotos su saulėgrąžų sėklomis (augalinis)	2-1/26A 10	40.00	1.12	2.86	4.5	48
Švieži agurkai (augalinis)	D001	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Mandarinai (augalinis)	V03	80.00	0.56	0.24	7.52	34
Stalo vanduo su apelsiniais	G009.2	200.00	0.08	0.02	1.1	5
Iš viso:			23.69	23.25	78.04	616
Iš viso dienos davinio :			23.69	23.25	78.04	616

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

Direktorė, Dainora Sautėnienė

3 Savaitė, Antradienis

Pietūs 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	Sr004	150.00	4.61	1.58	18.45	106
Grietinė 30% (P)*	P04	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Tradiciniai virti varškėčiai su grietinės 35 proc. ir sviesto 82 proc. padažu (koreguotas kiaušinių ir miltų kiekis) (tausojantis) (G, K, P)*	7-3/61TV 10NK35	150.00	17.26	25.64	35.34	441
Mandarinai (augalinis)	V03	100.00	0.7	0.3	9.4	43
Stalo vanduo su apelsiniais	G009.2	200.00	0.08	0.02	1.1	5
Iš viso:			22.72	28.44	64.38	604
Iš viso dienos davinio :			22.72	28.44	64.38	604

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

Direktorė, Dainora Saulėnienė

3 Savaitė, Trečiadienis

Pietūs 10:30 - 11:00 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	2.49	2.19	20.1	110
Grietinė 30% (P)*	P04	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Viso grūdo duona (G)*	D01	15.00	2.5	1.2	7.5	51
Orkaitėje keptas vištienos šlaunelių kepsnys (tausojantis) (K)*	10-8/178TG 10N	90.00	22.99	7.42	11.95	207
Grikiai su morkomis ir cukinija (tausojantis) (P)*	3-5/103TGVPc 10N	100.00	2.39	7.53	12.74	128
Kopūstų, paprikų, morkų ir žirnelių salotos su aliejumi (augalinis)	Sal01	40.00	0.74	3.23	3.67	47
Švieži agurkai (augalinis)	D001	30.00	0.24	0.06	0.7	4
Kiaušės (augalinis)	V06	100.00	0.4	0.3	13.4	58
Stalo vanduo su braškėmis (šald.)	G009.5	200.00	0.1	0.04	0.98	5
Iš viso:			31.92	22.87	71.13	618
Iš viso dienos davinio :			31.92	22.87	71.13	618

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

Direktorė, Dainora Saulėnienė

3 Savaitė, Ketvirtadienis

Pietūs 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis) (G)*	Sr012	150.00	2.21	1.97	17.1	95
Grietinė 30% (P)*	P04	3.00	0.07	0.9	0.09	9
Viso grūdo duona (G)*	D01	15.00	2.5	1.2	7.5	51
Kiaulienos kukuliai (koreguota patiekalo sudėtis) (tausojantis) (G, K)*	11-7/139T 10K	100.00	19.14	3.4	6.66	134
Virtos grikių kruopos su kepintomis morkomis ir svogūnais (augalinis)	Gr025	100.00	3.82	2.74	21.39	126
Baltas padažas (G, P)*	Pad04	20.00	0.76	1.14	1.59	20
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (koreguotos išėigos) (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 10NK	80.00	0.88	0.28	3.92	22
Stalo vanduo su apelsiniais	G009.2	200.00	0.08	0.02	1.1	5
Kivi vaisiai (augalinis)	V04	100.00	1	0.6	13.9	65
Plėšomos sūrio lazdelės (P)*	P08	20.00	5.34	4.16	0.07	59
Iš viso:			35.8	16.41	73.32	584
Iš viso dienos davinio :			35.8	16.41	73.32	584

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

Direktorė, Dainora Saulėnienė

3 Savaitė, Penktadienis

Pietūs 10:30 - 11:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ukrainietiški barščiai (tausojantis) (P,)*	1-3/35TGV 10N	150.00	1.94	1.9	9.66	64
Kepta su garais riebi žuvis (lašiša) su žolelėmis (Tausojantis) (Ž)*	9-7/145T 3	80.00	18.08	12.34	0.76	186
Grietinėlės 35% ir sviesto 82% padažas (be cukraus) (P)*	Pad01K01	20.00	0.41	13.17	0.56	122
Bulvių - lęšių košė (tausojantis) (P)*	5-3/4TGV 10NK	130.00	5.69	3.91	22.47	148
Pekino kopūstų, porų ir paprikų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A 4P	50.00	0.64	2.64	2.14	35
Švieži agurkai (augalinis)	D001	30.00	0.24	0.06	0.7	4
Stalo vanduo su citrinimos	G009.1	200.00	0.08	0.04	0.92	4
Obuoliai (augalinis)	V07	100.00	0.4	0.4	13	57
Iš viso:			27.48	34.46	50.21	621
Iš viso dienos davinio :			27.48	34.46	50.21	621

* **Alergenai:** Ž - Žuvis ir jū produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), - Laktozė