

6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis

Pietus 11.15 val.

Patiekalo maistinė vertė

Patiekalo pavadinimas

Rp. Nr.

Išsiga
(g)

baltymai,
g

riebalai,
g

angliavandeniai, g

Energinė
vertė, kcal

Kaina be
PVM

Kaina su
PVM

SRIUBOS

Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis
(augalinis)(tausojantis)

1-3/24AT1

150

2,64

2,13

13,33

83,16

0,21

0,25

Grietinė (30%)

20

0,48

6,00

0,64

58,40

0,12

0,15

KARŠTI PATIEKALAI

Plikytų ryžių plovos su vištiena (tausojantis)

10-5/111T3

150

19,11

8,68

22,16

243,2

1,65

2

Plikytų ryžių plovos su daržovėmis (šparaginės
pupelės, morkos, paprika)
(tausojantis)(augalinis)

4-5/3AT

200

4,97

9,27

47,38

283,22

0,96

1,16

Vištienos troškiny su daržovėmis ir grietinėle
(35%) (tausojantis)

10-8/184T

120

13,49

13,48

4,62

193,78

1,32

1,6

Kepti orkaitėje vištienos kukuliai su sezamo
sėklomis (tausojantis)

10-7/143T
3

80

19,64

8,22

4,72

171,45

0,90

1,09

Varškės apkepė (9%) (tausojantis)

7-8/169T 3

140

17,50

11,99

29,14

294,46

1,40

1,69

KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**

Virti plikyti ryžiai (augalinis)(tausojantis)

4-5/104AT

100

2,50

0,65

27,40

135,32

0,21

0,25

Virti griekiai (augalinis)(tausojantis)

3-3/53 AT

100

6,14

1,36

33,65

172,60

0,21

0,25

SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**

Pekino kopūstų, morkų ir agurkų salotos su
ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)

2-1/7A

100

1,02

5,26

5,32

72,76

0,31

0,38

Sezoninės daržovės (rauginti/švieži
agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)

18/25 6

100

0,40

0,40

13,00

57,20

0,31

0,38

VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI

Sezoniniai vaisiai

18/20 5

100

0,40

0,00

9,90

40,00

0,10

0,12

Viso grūdų ruginė duona

18/70 1

20

1,48

0,32

8,56

43,04

0,00

0

Grietinė (30%)

50

1,2

15

1,6

146

0,30

0,36

Šaldytos trintos uogos

18/19

50

0,45

0,2

4,85

23

0,10

0,12

Stalo vanduo paskanintas apelsiniais

30/1 1

200

0,00

0,00

1,00

4,00

0,00

0,00

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Parėngė dietistė

[Signature]

Ksenija Balkovskaja-Stecko

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stacko



Jolanta Macaitienė
Direktorė
Jolanta Macaitienė

6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis								
Pietūs 11.15 val.	Patiekalo maistinė vertė							
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga (g)	Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal	Kaina be PVM	Kaina su PVM
SRIUBOS								
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/28AT2	150/20	1,1	4,65	6,53	72,35	0,21	0,25
Grietinė (30%)		20	0,48	6,00	0,64	58,40	0,12	0,15
KARŠTI PATIEKALAI								
Troškintos kiaulienos juostelės su morkomis ir salierais (tausojantis)	11-8/162T 2	100	10,44	13,96	5,02	214,75	1,10	1,33
Pupelių, saliero ir morkų troškiny (augalinis) (tausojantis)	5-5/109AT2	150	8,79	2,27	27,42	165,29	0,72	0,87
Orkaitėje keptas jautienos ir kiaulienos maltinukas su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	12-8/3T	80	15,76	6,39	6,25	145,79	0,92	1,11
Orkaitėje keptas kiaulienos šnicelis (tausojantis)	11-8/161T 2	90	18,54	8,25	5,31	167,69	1,03	1,25
Orkaitėje kepti lietiniai su varškes ir špinatų įdaru (tausojantis)	7-8/163T	160	19,18	8,71	19,80	303,23	1,60	1,94
KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**								
Virtos bulvės su krapais (augalinis)(tausojantis)	4-3/59AT	100	2,00	0,10	18,36	82,50	0,21	0,25
Virti griekiai (augalinis)(tausojantis)	3-3/53 AT	100	6,14	1,36	33,65	172,60	0,21	0,25
SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**								
Virtų burokėlių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)	2-3/59A	100	1,57	5,07	9,48	90,04	0,31	0,38
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/morkos)	18/25 6	100	0,40	0,40	13,00	57,20	0,31	0,38
VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI								
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,00	6,10	25,00	0,10	0,12
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04	0,00	0
Grietinė (30%)		50	1,2	15	1,6	146	0,30	0,36
Šaldytos trintos uogos	18/19	50	0,45	0,2	4,85	23	0,10	0,12
Stalo vanduo paskanintas agurkais	30/1 1	200	0,00	0,00	0,20	2,00	0,00	0

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Parengė dietistė



Ksenija Balkovskaja-Stecko




Direktorė
Jolanta Macaitienė

6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis								
Pietūs 11.15 val.		Patiekalo maistinė vertė						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal	Kaina be PVM	Kaina su PVM
SRIUBOS								
Agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/25AT 2	150/20	1,26	2,61	10,05	68,7	0,21	0,25
Grietinė (30%)		20	0,48	6,00	0,64	58,40	0,12	0,15
KARŠTI PATIEKALAI								
Kalakutienos guliašas (tausojantis)	10-8/184T	140	22,12	13,25	7,78	239,89	1,54	1,86
Troškinta kalakutienos šlaunelių mėsa su tirštu brokolių padažu (tausojantis)(85/35)	10-8/155T 1	120	23,22	5,28	2,46	150,27	1,32	1,6
Orkaitėje keptas kalakutienos šlaunelių mėsos maltinukas(tausojantis)	10-8/170T 1	90	19,06	5,11	6,78	149,43	1,02	1,23
Orkaitėje kepta vištienos šlaunelių mėsa su prieskonių žolelių ir česnakų marinatu (tausojantis)	10-5/165T1	100	26,72	15,77	0,47	200,69	1,15	1,39
Orkaitėje keptas avinžirnių maltinukas su daržovėmis (augalinis)(tausojantis)	5-8/160T	90	6,71	5,26	19,51	155,68	0,43	0,52
Orkaitėje kepti lietiniai su vištienos mėsos įdaru (tausojantis)	10-9/182T	150	17,46	18,84	29,79	359,30	1,50	1,82
KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**								
Virti plikyti ryžiai (augalinis)(tausojantis)	4-5/104AT	100	2,50	0,65	27,40	135,32	0,21	0,25
Virti griekiai (augalinis)(tausojantis)	3-3/53 AT	100	6,14	1,36	33,65	172,60	0,15	0,25
SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**								
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)	18/25 6	100	0,40	0,40	13,00	57,20	0,31	0,38
Morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)	2-1/38A	100	1,00	3,18	8,76	67,82	0,31	0,38
Morkų ir salierų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/21A	100	1,15	5,67	10,03	94,41	0,31	0,38
VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI								
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,70	0,00	11,10	43,00	0,10	0,12
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04	0,00	0
Grietinė (30%)		50	1,20	15,00	1,60	146,00	0,30	0,36
Šaldytos trintos uogos	18/19	50	0,45	0,20	4,85	23,00	0,10	0,12
Stalo vanduo paskanintas uogomis	30/1 1	200	0,20	0,00	1,20	6,00	0,00	0,00

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko



Handwritten signature

Direktorė
Jolanta Macaitienė

6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis								
Pietūs 11.15 val.		Patiekalo maistinė vertė						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal	Kaina be PVM	Kaina su PVM
SRIUBOS								
Pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT	150/20	4,6	2,37	19,1	116,14	0,21	0,25
Grietinė (30%)		20	0,48	6,00	0,64	58,40	0,12	0,15
KARŠTI PATIEKALAI								
Troškintas kiaulienos maltinukai su avižų sėlenomis ir daržovėmis (tausojantis)	11-5/109T	90	18,78	12,12	4,57	202,53	1,03	1,25
Kiaulienos mėsos guliašas su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	11-5/111T	100	16,56	10,88	5,59	186,55	1,10	1,33
Jautienos- kiaulienos kukulis su rausvučiu padažu (65/15)	12-8/3T 3	80	12,16	8,32	6,96	163,42	0,92	1,11
Lazanija su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	4-8/203 1	200	9,97	10,42	23,97	230,86	0,93	1,13
Varškės (9 %) apkepamas su razinomis (tausojantis)	7-8/168T 2	140	18,69	12,32	32,34	315,11	1,40	1,69
KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**								
Viso grūdo makaronai su alyvuogių aliejumi (tausojantis)	6-3/61AT	100	4,32	1,96	24,52	134,54	0,20	0,24
Virti griekiai (augalinis)(tausojantis)	3-3/53 AT	100	6,14	1,36	33,65	172,60	0,21	0,25
SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**								
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/morkos)	18/25 6	100	0,40	0,40	13,00	57,20	0,31	0,38
Cukinijų, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	2-1/16A	100	1,03	4,67	7,16	72,03	0,31	0,38
VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI								
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	1,08	0,12	14,04	56,40	0,10	0,12
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04	0,00	0
Grietinė (30%)		50	1,20	15,00	1,60	146,00	0,30	0,36
Šaldytos trintos uogos	18/19	50	0,45	0,20	4,85	23,00	0,10	0,12
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	30/1 1	200	0,00	0,00	1,00	4,00	0,00	0

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Sveikos
mitybos
partnerisDirektorė
Jolanta Macaitienė

6-10 metų amžiaus vaikams								
Pietūs 11.15 val.		Patiekalo maistinė vertė						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal	Kaina be PVM	Kaina su PVM
SRIUBOS								
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/39AT2	150/20	1,41	3,14	10,51	76,06	0,21	0,25
Grietinė (30%)		20	0,48	6,00	0,64	58,40	0,12	0,15
KARŠTI PATIEKALAI								
Keptas su garais (menkė, lydeka) žuvies garinukas su provanso žolelėmis (tausojantis)	9-7/-141T3	90	13,97	6,24	4,53	130,14	1,07	1,3
Orkaitėje kepta įdaryta cukinija su daržovėmis ir bulgur kruopomis (augalinis)(tausojantis)	4-8/198AT	240	6,00	4,99	34,99	210,09	1,15	1,39
Žuvies (jūros lydeka) ir cukinijos paplotėlis (tausojantis)	9-8/164T	100	14,02	4,86	6,50	125,98	0,70	0,85
Kepta su garais liesa (menkė, lydeka) žuvies file su provanso žolelėmis (tausojantis)	9-7/144T 3	110	18,50	0,36	0,02	85,48	1,26	1,53
Virti varškėčiai su viso grūdo miltais (tausojantis)	7-3/60T	130	16,96	7,02	34,25	281,47	0,78	0,94
KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**								
Virtos bulgur kruopos (augalinis)(tausojantis)	3-3/68 AT	100	2,68	3,12	21,66	129,83	0,21	0,25
Virti plikyti ryžiai (augalinis)(tausojantis)	4-5/104AT	100	2,50	0,65	27,40	135,32	0,21	0,25
SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**								
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/šviežių kopūstų, cukinijų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	18/25 6	100	0,40	0,40	13,00	57,20	0,31	0,38
Šviežių kopūstų, cukinijų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/22A2	90	1,14	4,18	4,86	61,67	0,31	0,38
Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/18A	100	0,93	3,18	3,64	46,96	0,31	0,38
VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI								
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,30	0,40	15,10	59,00	0,10	0,12
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04	0,00	0
Grietinė (30%)		50	1,20	15,00	1,60	146,00	0,30	0,36
Šaldytos trintos uogos	18/19	50	0,45	0,20	4,85	23,00	0,10	0,12
Nesaldintas kompotas (jvairių vaisių)	17-1/4A2	200	0,36	0,16	0,28	4,00	0,00	0

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Parengė dietistė



Ksenija Balkovskaja-Stecko



Sveikos
mitybos
partneris



Direktorė
Jolanta Macaitienė

II savaitė

6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis									
Pietūs 11.15 val.		Patiekalo maistinė vertė							
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal	Kaina be PVM	Kaina su PVM	
SRIUBOS									
Kreminė daržovių sriuba(tausojantis)	1-3/87T 10	150/20	2,71	8,46	7,65	106,98	0,21	0,25	
Grietinė (30%)		20	0,48	6,00	0,64	58,40	0,12	0,15	
KARŠTI PATIEKALAI									
Grietinėlėje (10%) troškinta vištienos šlaunelių mėsa su morkomis (tausojantis)	10-5/100T 2	110(86/24)	17,74	9,91	3,32	219,76	1,26	1,53	
Raudonųjų lęšių troškiny su daržovėmis (augalis)(tausojantis)	5-5/104AT1	110	10,79	4,97	28,02	200,05	0,53	0,64	
Orkaitėje keptas vištienos krūtinėlės pjausnys su avižų sėlenomis (tausojantis)	10-8/164T 1	100	25,79	2,48	9,63	164,00	1,15	1,39	
Orkaitėje keptas kalakutienos mėsos maltinukas (tausojantis)	10-8/170T	90	19,06	5,11	6,78	149,43	1,02	1,23	
Varškės (9%) apkepas su braškėmis (tausojantis)	7-8/170T	140	18,86	17,25	21,1	334,43	1,40	1,69	
KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**									
Virti plikyti ryžiai (augalinis)(tausojantis)	4-5/104AT	100	2,50	0,65	27,40	135,32	0,21	0,25	
Virti griekiai (augalinis)(tausojantis)	3-3/53 AT	100	6,14	1,36	33,65	172,60	0,15	0,25	
SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**									
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A	100	1,21	9,73	5,16	113,02	0,31	0,38	
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/morkos)	18/25 6	100	0,40	0,40	13,00	57,20	0,31	0,38	
VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI									
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,00	6,10	25,00	0,10	0,12	
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04	0,00	0	
Grietinė (30%)		50	1,20	15,00	1,60	146,00	0,30	0,36	
Šaldytos trintos uogos	18/19	50	0,45	0,20	4,85	23,00	0,10	0,12	
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	30/1 1	200	0,00	0,00	1,00	4,00	0,00	0	

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Parengė dietistė



Ksenija Balkovskaja-Stecko



1



Direktorė
Jolanta Macaitienė

6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis								
Pietūs 11.15 val.		Patiekalo maistinė vertė						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išlaga (g)	baltimai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal	Kaina be PVM	Kaina su PVM
SRIUBOS								
Burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	1-3/27AT 2	150/20	4,33	1,86	18,60	108,43	0,21	0,25
Grietinė (30%)		20	0,48	6,00	0,64	58,40	0,12	0,15
KARŠTI PATIEKALAI								
Kiaulienos maltinukas su sezamo sėklomis (tausojantis)	11-5/102T 2	80	18,99	8,87	6,62	181,32	0,92	1,11
Kepti orkaitėje avinžirnių paplotėliai su daržovėmis (paprika, morkos, cukinija) (augalinis) (tausojantis)	5-8/160AT2	90	7,90	4,98	21,00	160,51	0,43	0,52
Garuose troškintas naminis kiaulienos maltinukas (tausojantis)	SMP 410	90	15,64	9,54	8,22	213,00	1,03	1,25
Kiaulienos troškinytis su morkomis ir salierais (tausojantis)	11-5/99T	120	14,2	24,03	7,48	303,01	1,32	1,6
Keptas orkaitėje varškėtinis (varškė 9%) su agurkais (tausojantis)	7-8/160 T2	110	18,71	12,79	20,86	274,09	1,10	1,33
KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**								
Bulvių košė (tausojantis)	4-3/8T	100	2,18	3,72	15,98	107,34	0,21	0,25
Virti griekiai (augalinis) (tausojantis)	3-3/53 AT	100	6,14	1,36	33,65	172,60	0,21	0,25
SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**								
Morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)	2-1/38A	100	1,00	3,18	8,76	67,82	0,31	0,38
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/morkos)	18/25 6	100	0,40	0,40	13,00	57,20	0,31	0,38
VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI								
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,00	9,90	40,00	0,10	0,12
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04	0,00	0
Grietinė (30%)		50	1,20	15,00	1,60	146,00	0,30	0,36
Šaldytos trintos uogos	18/19	50	0,45	0,20	4,85	23,00	0,10	0,12
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	30/1 1	200	0,00	0,00	1,00	4,00	0,00	0

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko



J. Macaitienė
Direktorė
Jolanta Macaitienė

6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis								
Pietūs 11.15 val.	Patiekalo maistinė vertė							
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga (g)	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal	Kaina be PVM	Kaina su PVM
SRIUBOS								
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/40AT 1	150/20	1,28	3,20	10,61	76,41	0,21	0,25
Grietinė (30%)		20	0,48	6,00	0,64	58,40	0,12	0,15
KARŠTI PATIEKALAI								
Troškintas vištienos šlaunelių mėsos suktinukas su daržovėmis (tausojantis)	10-7/148T	100	19,00	3,29	6,41	131,27	1,15	1,39
Įdaryta paprika su daržovėmis (tausojantis)(augalinis)	4-8/201 1	140	11,01	7,79	15,57	155,16	0,67	0,81
Orkaitėje keptas vištienos šnicelis (tausojantis)	10-7/146T 2	90	17,7	4,65	14,64	171,45	1,02	1,23
Grietinėlėje (10%) troškinta vištienos mėsa su šparaginėmis pupelėmis ir morkomis (tausojantis)	10-8/163 T	100	14,20	8,66	5,50	156,21	1,10	1,33
Orkaitėje kepti lietiniai blynai su varške (varškė 9%) (tausojantis)	6-8/163T	160	10,52	18,08	32,4	352,32	1,60	1,94
Mieliniai blynai	6-8/165	100	8,57	13,57	38,30	313,86	0,80	0,97
KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**								
Virti plikyti ryžiai (augalinis)(tausojantis)	4-5/104AT	100	2,50	0,65	27,40	135,32	0,21	0,25
Virti grikiiai (augalinis)(tausojantis)	3-3/53 AT	100	6,14	1,36	33,65	172,60	0,21	0,25
SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**								
Pekino kopūstų salotos su paprikomis, agurkais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/35A	100	1,18	5,28	4,36	70,12	0,31	0,38
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/morkos)	18/25 6	100	0,40	0,40	13,00	57,20	0,31	0,38
VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI								
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	1,00	0,40	23,40	92,00	0,10	0,12
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04	0,00	0
Grietinė (30%)		50	1,20	15,00	1,60	146,00	0,30	0,36
Šaldytos trintos uogos	18/19	50	0,45	0,20	4,85	23,00	0,10	0,12
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	30/1 1	200	0,00	0,00	1,00	4,00	0,00	0

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Parengė dietiste

Ksenija Balkovskaja-Stecko



Sveikos
mitybos
partneris

Jolanta Macaitienė

Direktorė
Jolanta Macaitienė

6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis								
Pietūs 11.15 val.		Patiekalo maistinė vertė						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga (g)	baltaimai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal	Kaina be PVM	Kaina su PVM
SRIUBOS								
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/28AT2	150/20	1,1	4,65	6,53	72,35	0,21	0,25
Grietinė (30%)		20	0,48	6,00	0,64	58,40	0,12	0,15
KARŠTI PATIEKALAI								
Kiaulienos mėsos ir daržovių rizoto (tausojantis)	11-5/163T	150	22,13	12,04	21,69	283,93	1,65	2
Daržovių (žali žirnėliai, morkos, cukinija, žiediniai kopūstai) rizoto (augalinis) (tausojantis)	4-5/102AT2	200	7,53	10,02	31,84	247,69	0,96	1,16
Troškintas kiaulienos ir jautienos maltinukas su avižų sėlenomis (tausojantis)	11-5/109T	80	16,88	9,34	4,15	186,36	0,92	1,11
Kepta orkaitėje lazanija su kiaulienos mėsa (tausojantis)	11-8/5 T	180	16,23	16,07	27,34	318,78	2,03	2,46
Kepta orkaitėje lazanija su varškės (9%) ir špinatų įdaru (tausojantis)	12-8/6T	160	14,71	12,39	21,62	257,20	1,81	2,19
KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**								
Virti plikyti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	4-5/104AT	100	2,50	0,65	27,40	135,32	0,21	0,25
Viso grūdų makaronai su ypač tyru aliejumi (tausojantis)	6-3/61AT	100	4,60	1,97	24,54	134,55	0,20	0,24
SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**								
Šviežių agurkų lazdelės su krapais (augalinis)	2-3/65A	90	0,69	3,69	2,01	44,06	0,28	0,34
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/morkos)	18/25 6	100	0,40	0,40	13,00	57,20	0,31	0,38
Virtų burokėlių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)	2-3/59A	100	1,57	5,07	9,48	90,04	0,31	0,38
VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI								
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,90	0,10	12,00	47,00	0,10	0,12
Viso grūdų ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04	0,00	0
Grietinė (30%)		50	1,20	15,00	1,60	146,00	0,30	0,36
Šaldytos trintos uogos	18/19	50	0,45	0,20	4,85	23,00	0,10	0,12
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	30/1 1	200	0,00	0,00	1,00	4,00	0,00	0



Direktorė
Jolanta Macaitienė

II savaitė

PENTADIENIS

6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis								
Pietūs 11.15 val.		Patiekalo maistinė vertė						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	baltimai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal	Kaina be PVM	Kaina su PVM
SRIUBOS								
Daržovių (žali žirneliai, bulvės, morkos) ir viso grūdo makaronų sriuba (augalinis)	1-3/38AT	150/20	3,02	4,92	15,97	120,34	0,21	0,25
Grietinė (30%)		20	0,48	6,00	0,64	58,40	0,12	0,15
KARŠTI PATIEKALAI								
Keptas orkaitėje lydekos ir lašišos maltinukas (tausojantis)	9-8/163T2	80	16,22	8,22	4,22	162,33	0,91	1,1
Keptas orkaitėje grikių ir daržovių (morkos, paprika, salierai) maltinukas (augalinis) (tausojantis)	3-8/160AT 2	90	2,91	3,33	18,00	118,60	0,43	0,52
Orkaitėje kepta žuvies (lydekos) užkepėlė su daržovėmis (bulvės, porai, pomidorai) (tausojantis)	9-8/167T 1	220	17,88	4,92	19,55	215,17	1,76	2,13
Varškės (9%) apkepas su kokosų drožlėmis (tausojantis)	7-8/189T	160	20,02	22,47	24,33	379,65	1,60	1,94
Bulvių plokštainis su grietine (30%) 180/20	4-8/170 6	200	8,47	12,07	36,72	297,42	2,00	2,42
KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**								
Virtos bulgur kruopos (augalinis) (tausojantis)	3-3/68AT	70	1,87	2,17	15,15	90,87	0,21	0,25
Virti plikyti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	4-5/104AT	100	2,50	0,65	27,40	135,32	0,21	0,25
SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**								
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis)	2-1/20A 3	110	3,81	7,98	14,47	120,43	0,31	0,38
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/morkos)	18/25 6	100	0,40	0,40	13,00	57,20	0,31	0,38
VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI								
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,00	6,10	25,00	0,10	0,12
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04	0,00	0
Grietinė (30%)		50	1,20	15,00	1,60	146,00	0,30	0,36
Šaldytos trintos uogos	18/19	50	0,45	0,20	4,85	23,00	0,10	0,12
Stalo vanduo paskanintas uogomis	30/1 1	200	0,20	0,00	1,20	6,00	0,00	0

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Parengė dietistė

[Signature]

Ksenija Balkovskaja-Stecko



Sveikos
mitybos
partneris

[Signature]

Direktorė
Jolanta Macaitienė

II savaitė

6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis									
Pietūs 11.15 val.		Patiekalo maistinė vertė							
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal	Kaina be PVM	Kaina su PVM	
SRIUBOS									
Kreminė daržovių sriuba(tausojantis)	1-3/87T 10	150/20	2,71	8,46	7,65	106,98	0,21	0,25	
Grietinė (30%)		20	0,48	6,00	0,64	58,40	0,12	0,15	
KARŠTI PATIEKALAI									
Grietinėje (10%) troškinta vištienos šlaunelių mėsa su morkomis (tausojantis)	10-5/100T 2	110(86/24)	17,74	9,91	3,32	219,76	1,26	1,53	
Raudonųjų lęšių troškiny su daržovėmis (augalis)(tausojantis)	5-5/104AT1	110	10,79	4,97	28,02	200,05	0,53	0,64	
Orkaitėje keptas vištienos krūtinėlės pjusnys su avižių sėlenomis (tausojantis)	10-8/164T 1	100	25,79	2,48	9,63	164,00	1,15	1,39	
Orkaitėje keptas kalakutienos mėsos maltinukas (tausojantis)	10-8/170T	90	19,06	5,11	6,78	149,43	1,02	1,23	
Varškės (9%) apkepamas su braškėmis (tausojantis)	7-8/170T	140	18,86	17,25	21,1	334,43	1,40	1,69	
KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**									
Virti plikyti ryžiai (augalinis)(tausojantis)	4-5/104AT	100	2,50	0,65	27,40	135,32	0,21	0,25	
Virti griekiai (augalinis)(tausojantis)	3-3/53 AT	100	6,14	1,36	33,65	172,60	0,15	0,25	
SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**									
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A	100	1,21	9,73	5,16	113,02	0,31	0,38	
Sezoninės daržovės (rauginti)/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/morkos)	18/25 6	100	0,40	0,40	13,00	57,20	0,31	0,38	
VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI									
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,00	6,10	25,00	0,10	0,12	
Viso grūdų ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04	0,00	0	
Grietinė (30%)		50	1,20	15,00	1,60	146,00	0,30	0,36	
Šaldytos trintos uogos	18/19	50	0,45	0,20	4,85	23,00	0,10	0,12	
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	30/1 1	200	0,00	0,00	1,00	4,00	0,00	0	

PIRMADIENIS

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Parengė dietistė

[Signature]

Ksenija Balkovskaja-Stecko



Direktorė
Jolanta Macaitienė

[Signature]

6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis								
Pietūs 11.15 val.	Patiekalo maistinė vertė							
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	baltimai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal	Kaina be PVM	Kaina su PVM
SRIUBOS								
Burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	1-3/27AT 2	150/20	4,33	1,86	18,60	108,43	0,21	0,25
Grietinė (30%)		20	0,48	6,00	0,64	58,40	0,12	0,15
KARŠTI PATIEKALAI								
Kiaulienos maltinukas su sezamo sėklomis (tausojantis)	11-5/102T 2	80	18,99	8,87	6,62	181,32	0,92	1,11
Kepti orkaitėje avinžirnių paplotėliai su daržovėmis (paprika, morkos, cukinija) (augalinis) (tausojantis)	5-8/160AT2	90	7,90	4,98	21,00	160,51	0,43	0,52
Garuose troškintas naminis kiaulienos maltinukas (tausojantis)	SMP 410	90	15,64	9,54	8,22	213,00	1,03	1,25
Kiaulienos troškiny su morkomis ir salierais (tausojantis)	11-5/99T	120	14,2	24,03	7,48	303,01	1,32	1,6
Keptas orkaitėje varškėtinis (varškė 9%) su aguonomis (tausojantis)	7-8/160 T2	110	18,71	12,79	20,86	274,09	1,10	1,33
KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**								
Bulvių košė (tausojantis)	4-3/8T	100	2,18	3,72	15,98	107,34	0,21	0,25
Virti griekiai (augalinis) (tausojantis)	3-3/53 AT	100	6,14	1,36	33,65	172,60	0,21	0,25
SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**								
Morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)	2-1/38A	100	1,00	3,18	8,76	67,82	0,31	0,38
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/morkos)	18/25 6	100	0,40	0,40	13,00	57,20	0,31	0,38
VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI								
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,00	9,90	40,00	0,10	0,12
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04	0,00	0
Grietinė (30%)		50	1,20	15,00	1,60	146,00	0,30	0,36
Šaldytos trintos uogos	18/19	50	0,45	0,20	4,85	23,00	0,10	0,12
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	30/1 1	200	0,00	0,00	1,00	4,00	0,00	0

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko



Sveikos
mitybos
partneris

Jolanta Macaitienė

Direktorė
Jolanta Macaitienė

6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis								
Pietūs 11.15 val.		Patiekalo maistinė vertė						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga (g)	baltiniai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal	Kaina be PVM	Kaina su PVM
SRIUBOS								
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/40AT 1	150/20	1,28	3,20	10,61	76,41	0,21	0,25
Grietinė (30%)		20	0,48	6,00	0,64	58,40	0,12	0,15
KARŠTI PATIEKALAI								
Troškintas vištienos šlaunelių mėsos suktinukas su daržovėmis (tausojantis)	10-7/148T	100	19,00	3,29	6,41	131,27	1,15	1,39
Įdaryta paprika su daržovėmis (tausojantis)(augalinis)	4-8/201 1	140	11,01	7,79	15,57	155,16	0,67	0,81
Orkaitėje keptas vištienos šnicelis (tausojantis)	10-7/146T 2	90	17,7	4,65	14,64	171,45	1,02	1,23
Grietinė (10%) troškinta vištienos mėsa su šparaginėmis pupelėmis ir morkomis (tausojantis)	10-8/163 T	100	14,20	8,66	5,50	156,21	1,10	1,33
Orkaitėje kepti lietiniai blynai su varške (varškė 9%) (tausojantis)	6-8/163T	160	10,52	18,08	32,4	352,32	1,60	1,94
Mieliniai blynai	6-8/165	100	8,57	13,57	38,30	313,86	0,80	0,97
KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**								
Virti plikyti ryžiai (augalinis)(tausojantis)	4-5/104AT	100	2,50	0,65	27,40	135,32	0,21	0,25
Virti grikiiai (augalinis)(tausojantis)	3-3/53 AT	100	6,14	1,36	33,65	172,60	0,21	0,25
SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**								
Pekino kopūstų salotos su paprikomis, agurkais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/35A	100	1,18	5,28	4,36	70,12	0,31	0,38
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/morkos)	18/25 6	100	0,40	0,40	13,00	57,20	0,31	0,38
VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI								
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	1,00	0,40	23,40	92,00	0,10	0,12
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04	0,00	0
Grietinė (30%)		50	1,20	15,00	1,60	146,00	0,30	0,36
Šaldytos trintos uogos	18/19	50	0,45	0,20	4,85	23,00	0,10	0,12
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	30/1 1	200	0,00	0,00	1,00	4,00	0,00	0

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.



Jolanta Macaitienė

6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis								
Pietūs 11.15 val.		Patiekalo maistinė vertė						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal	Kaina be PVM	Kaina su PVM
SRIUBOS								
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojančis)	1-3/28AT2	150/20	1,1	4,65	6,53	72,35	0,21	0,25
Grietinė (30%)		20	0,48	6,00	0,64	58,40	0,12	0,15
KARŠTI PATIEKALAI								
Kiaulienos mėsos ir daržovių rizoto (tausojančis)	11-5/163T	150	22,13	12,04	21,69	283,93	1,65	2
Daržovių (žali žirnėliai, morkos, cukinija, žiediniai kopūstai) rizoto (augalinis)(tausojančis)	4-5/102AT2	200	7,53	10,02	31,84	247,69	0,96	1,16
Troškintas kaulienos ir jautienos maltinukas su avių sėlenomis (tausojančis)	11-5/109T	80	16,88	9,34	4,15	186,36	0,92	1,11
Kepta orkaitėje lazanija su kaulienos mėsa (tausojančis)	11-8/5 T	180	16,23	16,07	27,34	318,78	2,03	2,46
Kepta orkaitėje lazanija su varškės (9%) ir špinatų įdaru (tausojančis)	12-8/6T	160	14,71	12,39	21,62	257,20	1,81	2,19
KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**								
Virti plikyti ryžiai (augalinis)(tausojančis)	4-5/104AT	100	2,50	0,65	27,40	135,32	0,21	0,25
Viso grūdų makaronai su ypač tyru aliejumi (tausojančis)	6-3/61AT	100	4,60	1,97	24,54	134,55	0,20	0,24
SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**								
Šviežių agurkų lazdelės su krapais (augalinis)	2-3/65A	90	0,69	3,69	2,01	44,06	0,28	0,34
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/morkos)	18/25 6	100	0,40	0,40	13,00	57,20	0,31	0,38
Virtų burokėlių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)	2-3/59A	100	1,57	5,07	9,48	90,04	0,31	0,38
VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI								
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,90	0,10	12,00	47,00	0,10	0,12
Viso grūdų ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04	0,00	0
Grietinė (30%)		50	1,20	15,00	1,60	146,00	0,30	0,36
Šaldytos trintos uogos	18/19	50	0,45	0,20	4,85	23,00	0,10	0,12
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	30/1 1	200	0,00	0,00	1,00	4,00	0,00	0



Direktorė
Jolanta Macaitienė

[Signature]

6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis								
Pietūs 11.15 val.	Patiekalo maistinė vertė							
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga (g)	baltimai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal	Kaina be PVM	Kaina su PVM
SRIUBOS								
Daržovių (žali žirneliai, bulvės, morkos) ir viso grūdo makaronų sriuba (augalinis)	1-3/38AT	150/20	3,02	4,92	15,97	120,34	0,21	0,25
Grietinė (30%)		20	0,48	6,00	0,64	58,40	0,12	0,15
KARŠTI PATIEKALAI								
Keptas orkaitėje lydekos ir lašišos maltinukas (tausojantis)	9-8/163T2	80	16,22	8,22	4,22	162,33	0,91	1,1
Keptas orkaitėje grikių ir daržovių (morkos, paprika, salierai) maltinukas (augalinis) (tausojantis)	3-8/160AT 2	90	2,91	3,33	18,00	118,60	0,43	0,52
Orkaitėje kepta žuvies (lydekos) užkepėlė su daržovėmis (bulvės, porai, pomidorai) (tausojantis)	9-8/167T 1	220	17,88	4,92	19,55	215,17	1,76	2,13
Varškės (9%) apkepas su kokosų drožlėmis (tausojantis)	7-8/189T	160	20,02	22,47	24,33	379,65	1,60	1,94
Bulvių plokštainis su grietine (30%) 180/20	4-8/170 6	200	8,47	12,07	36,72	297,42	2,00	2,42
KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**								
Virtos bulgur kruopos (augalinis) (tausojantis)	3-3/68AT	70	1,87	2,17	15,15	90,87	0,21	0,25
Virti plikyti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	4-5/104AT	100	2,50	0,65	27,40	135,32	0,21	0,25
SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**								
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir rauginta agurkais (augalinis)	2-1/20A 3	110	3,81	7,98	14,47	120,43	0,31	0,38
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/morkos)	18/25 6	100	0,40	0,40	13,00	57,20	0,31	0,38
VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI								
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,40	0,00	6,10	25,00	0,10	0,12
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04	0,00	0
Grietinė (30%)		50	1,20	15,00	1,60	146,00	0,30	0,36
Šaldytos trintos uogos	18/19	50	0,45	0,20	4,85	23,00	0,10	0,12
Štalo vanduo paskanintas uogomis	30/1 1	200	0,20	0,00	1,20	6,00	0,00	0

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.



Sveikos
mitybos
partneris

Jolanta Macaitienė

Direktorė
Jolanta Macaitienė

6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis



Pietūs 11.15 val.		Patiekalo maistinė vertė						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	baltimai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal	Kaina be PVM	Kaina su PVM
SRIUBOS								
Burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	1-3/27AT 2	150/20	4,33	1,86	18,60	108,43	0,21	0,25
Grietinė (30%)		20	0,48	6,00	0,64	58,40	0,12	0,15
KARŠTI PATIEKALAI								
Keptas orkaitėje kalakutienos maltinukas su morkomis (tausojantis)	10-7/145T2	90	16,93	5,67	11,4	164,4	1,02	1,23
Keptas orkaitėje lęšių maltinukas (augalinis) (tausojantis)	5-8/162T 2	90	6,00	5,03	15,12	130,45	0,43	0,52
Vištienos šlaunelių mėsos troškiny su konservuotais kukurūzais, morkomis ir paprikomis (tausojantis) (70/60)	10-5/102T 2	110	16,60	5,48	9,72	154,60	1,21	1,46
Pasukų blynėliai su bananais	6-8/176	150	12,56	19,54	58,74	394,06	1,20	1,45
Keptas orkaiteje varškėtis (varškė 9%) su morkomis (tausojantis)	7-7/62T	140	19,07	11,70	28,48	295,63	1,40	1,69
KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**								
Virti plikyti ryžiai (augalinis)(tausojantis)	4-5/104AT	100	2,50	0,65	27,40	135,32	0,21	0,25
Virti griekiai (augalinis)(tausojantis)	3-3/53 AT	100	6,14	1,36	33,65	172,60	0,21	0,25
SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**								
Šviežių kopūstų, pomidorų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/8A	100	1,10	5,16	3,93	66,58	0,31	0,38
Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/18A	100	0,93	3,18	3,64	46,96	0,31	0,38
VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI								
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,70	0,00	11,10	43,00	0,10	0,12
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04	0,00	0
Grietinė (30%)		50	1,20	15,00	1,60	146,00	0,30	0,36
Šaldytos trintos uogos	18/19	50	0,45	0,20	4,85	23,00	0,10	0,12
Stalo vanduo paskanintas mėtomis	30/1 1	200	0,40	0,00	1,40	8,00	0,00	0

III savaitė

PIRMADIENIS

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Direktorė
Jolanta Macaitienė

6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis								
Pietūs 11.15 val.	Patiekalo maistinė vertė							
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga (g)	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal	Kaina be PVM	Kaina su PVM
SRIUBOS								
Žiedinių kopūstų, bulvių ir morkų sriuba su žaliais žirneliais (augalinis) (tausojantis)	1-3/83AT 2	150/20	1,56	3,19	6,64	62,24	0,21	0,25
Grietinė (30%)		20	0,48	6,00	0,64	58,40	0,12	0,15
KARŠTI PATIEKALAI								
Kiaulienos troškiny su morkų griežinėliais (tausojantis)	11-5/102T4	110	19,50	11,28	5,18	200,29	1,21	1,46
Troškintos daržovės (tausojantis) (augalinis)	4-5/101AT 4	150	2,94	7,85	13,02	134,59	0,72	0,87
Švediški kiaulienos kukuliai (tausojantis)	11-8/1T	80	14,48	10,43	7,29	181,15	0,92	1,11
Orkaitėje kepti žemaičių blynai su kiaulienos mėsa	5-8/163	160	16,72	15,07	33,20	382,40	1,60	1,94
Viso grūdo makaronai su daržovių padažu ir fermentiniu sūriu 45% (tausojantis)(125/45/10)	6-5/101T	180	9,97	11,03	39,78	298,39	0,90	1,09
KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**								
Virtos bulgur kruopos (augalinis)(tausojantis)	3-3/68 AT	100	2,68	3,12	21,66	129,83	0,21	0,25
Virti plikyti ryžiai (augalinis)(tausojantis)	4-5/104AT	100	2,50	0,65	27,40	135,32	0,21	0,25
SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**								
Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/18A 2	90	0,83	2,87	3,28	42,27	0,31	0,38
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/morkos)	18/25 6	100	0,40	0,40	13,00	57,20	0,31	0,38
Virtų burokėlių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)	2-3/59A	100	1,57	5,07	9,48	90,04	0,31	0,38
VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI								
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	1,00	0,40	23,40	92,00	0,10	0,12
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04	0,00	0
Grietinė (30%)		50	1,20	15,00	1,60	146,00	0,30	0,36
Šaldytos trintos uogos	18/19	50	0,45	0,20	4,85	23,00	0,10	0,12
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	30/1 1	200	0,00	0,00	1,00	4,00	0,00	0

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis								
Pietūs 11. 15 val.	Patiekalo maistinė vertė							
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal	Kaina be PVM	Kaina su PVM
SRIUBOS								
Špinatų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/94AT	150/20	1,29	1,52	7,88	50,35	0,21	0,25
Grietinė (30%)		20	0,48	6,00	0,64	58,40	0,12	0,15
KARŠTI PATIEKALAI								
Orkaitėje keptas vištienos kepsnelis su traškia kukurūzų dribsnių plutele (tausojantis)	10-8/181T1	100	24,54	3,00	9,23	162,74	1,15	1,39
Orkaitėje keptos daržovės (burokėliai, morkos, cukinija) su saulėgrąžomis (augalinis) (tausojantis)	4-8/-175AT3	137	3,25	5,66	12,86	115,34	0,66	0,8
Vištienos guliašas su morkomis ir pomidorų tyrėje (tausojantis)	10-5/105T	140	16,59	6,00	8,66	155,21	1,54	1,86
Orkaitėje apkepti lietiniai blynai su obuolių ir cinamono įdaru (tausojantis)	6-6/104 5	170	8,63	9,17	32,39	282,89	1,70	2,06
Virti varškėčiai (varškė 9%)(tausojantis)	7-3/51T	130	17,23	8,14	30,18	265,82	0,78	0,94
KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**								
Virti plikyti ryžiai (augalinis)(tausojantis)	4-5/104AT	100	2,50	0,65	27,40	135,32	0,21	0,25
Virti griekiai (augalinis)(tausojantis)	3-3/53 AT	100	6,14	1,36	33,65	172,60	0,21	0,25
SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**								
Morkų salotos su ypač tūru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)	2-1/38A	100	1,00	3,18	8,76	67,82	0,31	0,38
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/morkos)	18/25 6	100	0,40	0,40	13,00	57,20	0,31	0,38
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A	100	1,21	9,73	5,16	113,02	0,31	0,38
VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI								
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,30	0,40	15,10	59,00	0,10	0,12
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04	0,00	0
Grietinė (30%)		50	1,20	15,00	1,60	146,00	0,30	0,36
Šaldytos trintos uogos	18/19	50	0,45	0,20	4,85	23,00	0,10	0,12
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	30/1 1	200	0,00	0,00	1,00	4,00	0,00	0

** Karšti ir šalti garnyrai skirti pardavimui yra laisvai pasirenkami.

Sveikos
mitybos
partnerisDirektorė
Jolanta Macaitienė

6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis								
Pietūs 11.15 val.		Patiekalo maistinė vertė						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga (g)	baltimai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal	Kaina be PVM	Kaina su PVM
SRIUBOS								
Agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/25 AT 2	150/20	1,26	2,61	10,05	68,70	0,21	0,25
Grietinė (30%)		20	0,48	6,00	0,64	58,40	0,12	0,15
KARŠTI PATIEKALAI								
Varškės apkepas su uogomis (tausojantis) (118/22)	7-8/170T	140	18,86	19,26	21,07	334,43	1,40	1,69
Avinžirnių karis (augalinis) (tausojantis)	5-5/108AT2	120	7,71	3,70	19,53	136,32	0,58	0,7
Kiaulienos nugarinės kepsnys su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	10-8/200T	100	20,95	11,84	9,00	229,13	1,15	1,39
Orkaitėje kepti kiaulienos maltinukai su daržovių (morkos, cukinijos, porai) ir sūrio (45%) įdaru (tausojantis)	11-7/144T 8	90	14,06	7,86	5,22	147,98	1,03	1,25
Troškinta kiauliena su daržovėmis (brokoliai, paprika) (tausojantis)	11-8/169T	100	16,36	10,86	6,06	187,53	1,10	1,33
Ryžių plovos su kiaulienos mėsa (tausojantis)	11-8/170T	150	19,46	16,31	23,02	316,75	1,65	2
KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**								
Viso grūdo makaronai su alyvuogių aliejumi (tausojantis)	6-3/61AT	100	4,32	1,96	24,52	134,54	0,21	0,25
Virti plikyti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	4-5/104AT	100	2,50	0,65	27,40	135,32	0,21	0,25
SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**								
Pekino kopūstų, morkų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/7A	100	1,02	5,26	5,32	72,76	0,31	0,38
Pekino kopūstų salotos su paprikomis, agurkais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/35A	100	1,18	5,28	4,36	70,12	0,31	0,38
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/morkos)	18/25 6	100	0,40	0,40	13,00	57,20	0,31	0,38
VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI								
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	1,00	0,40	23,40	92,00	0,10	0,12
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04	0,00	0
Grietinė (30%)		50	1,20	15,00	1,60	146,00	0,30	0,36
Šaldytos trintos uogos	18/19	50	0,45	0,20	4,85	23,00	0,10	0,12
Stalo vanduo paskanintas uogomis	30/1 1	200	0,20	0,00	1,20	6,00	0,00	0



Sveikos
mitybos
partneris

Direktorė
Jolanta Macaitienė

6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis								
Pietūs 11.15 val.		Patiekalo maistinė vertė						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga (g)	baltiniai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal	Kaina be PVM	Kaina su PVM
SRIUBOS								
Burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	1-3/27AT 2	150/20	4,33	1,86	18,60	108,43	0,21	0,25
Grietinė (30%)		20	0,48	6,00	0,64	58,40	0,12	0,15
KARŠTI PATIEKALAI								
Keptas orkaitėje kalakutienos maltinukas su morkomis (tausojantis)	10-7/145T2	90	16,93	5,67	11,4	164,4	1,02	1,23
Keptas orkaitėje lęšių maltinukas (augalinis) (tausojantis)	5-8/162T 2	90	6,00	5,03	15,12	130,45	0,43	0,52
Vištienos šlaunelių mėsos troškiny su konservuotais kukurūzais, morkomis ir paprikomis (tausojantis) (70/60)	10-5/102T 2	110	16,60	5,48	9,72	154,60	1,21	1,46
Pasukų blynėliai su bananais	6-8/176	150	12,56	19,54	58,74	394,06	1,20	1,45
Keptas orkaitėje varškėtis (varškė 9%) su morkomis (tausojantis)	7-7/62T	140	19,07	11,70	28,48	295,63	1,40	1,69
KARŠTAS GARNYRAS PASIRINKTINAI**								
Virti plikyti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	4-5/104AT	100	2,50	0,65	27,40	135,32	0,21	0,25
Virti grikiiai (augalinis) (tausojantis)	3-3/53 AT	100	6,14	1,36	33,65	172,60	0,21	0,25
SEZONINĖS SALOTOS PASIRINKTINAI**								
Šviežių kopūstų, pomidorų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/8A	100	1,10	5,16	3,93	66,58	0,31	0,38
Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/18A	100	0,93	3,18	3,64	46,96	0,31	0,38
VAISIAI, UŽKANDŽIAI, PADAŽAI, GĖRIMAI								
Sezoniniai vaisiai	18/20 5	100	0,70	0,00	11,10	43,00	0,10	0,12
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04	0,00	0
Grietinė (30%)		50	1,20	15,00	1,60	146,00	0,30	0,36
Šaldytos trintos uogos	18/19	50	0,45	0,20	4,85	23,00	0,10	0,12
Stalo vanduo paskanintas mėtųmis	30/1 1	200	0,40	0,00	1,40	8,00	0,00	0

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko



J. M. Direktorė
Jolanta Macaitienė