

Tirkiliškių mokykla - darželis

Kauno Tirkiliškių mokykla - darželis, į.k. 191094715, Yčo g. 2A, 46407 Kaunas

(ikimokyklinio, priešmokyklinio ar bendrojo ugdymo programą vykdančios įstaigos ar vaikų stacionarios socialinių paslaugų įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

20 DIENŲ VALGIARAŠTIS

7-10 m.

(vaikų amžiaus grupė)

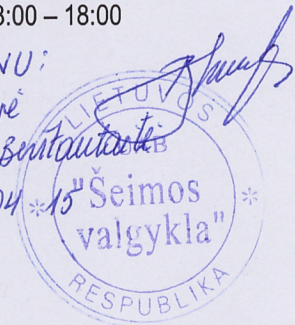
Įstaigos darbo laikas:
I-V - 8:00 – 18:00

TVIRTINU:

Direktore

sigutė Benutaitė

2024 04 15



Valgiaraštį sudarė: UAB „Šeimos valgykla“, 2024



Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (augalinis, tausojantis)	SB-1(19)AT	150	2.200	2.250	15.960	84.780
Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Kiaulienos ir morkų troškiny su porais (tausojantis)	BG11-5/102T	80 (62/18)	13.889	8.063	3.769	143.200
Viso grūdo makaronai su šalto spaudimo aliejumi (augalinis, tausojantis)	BG6-3/61AT	80	3.699	1.588	19.647	107.684
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais ir žalumynais (augalinis)	SB-2(46)A	80	1.106	6.582	7.312	91.888
Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			22.884	20.703	72.143	557.322
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių paplotėliai su varške ir špinatais (tausojantis)	SB-3(20)	140 (70/58/12)	16.427	14.537	52.057	344.995
Natūralus jogurtas (2,5%)	SAM-Ž-PA(448/1066)	20	0.860	0.700	1.180	14.460
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			17.287	15.237	53.237	359.455
Iš viso dienos davinio:			40.171	35.940	125.380	916.777

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Šeimos valgykla“

Direktorė Sigutė Berštautaitė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorė
Larisa Bukinienė



1 savaitė
Antradienis



Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (<i>tausojantis</i>)	VŠ -TM-Sr002	150	1.420	2.285	11.030	70.380
Skrebučiai	VŠ -TM-U013	5	0.395	0.225	0.717	13.985
Kapotos vištienos kepsniukas	SC/D-I(44)	70	15.988	9.142	7.952	177.128
Virti rudieji ryžiai (<i>augalinis, tausojantis</i>)	VŠ -TM-Gr007	80	4.104	0.568	25.304	122.400
Morkų ir baltųjų ridikų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (<i>augalinis</i>)	SB-2(40)A	80	0.700	2.100	5.200	36.350
Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			23.257	14.860	66.423	492.563
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žemaičių blynai su kiauliena	SB-11(13)	200 (140/60)	17.437	17.364	34.280	363.136
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	AB-5	20	0.540	8.070	0.810	77.560
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			17.977	25.434	35.090	440.696
Iš viso dienos davinio:			41.234	40.294	101.513	933.259

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Šeimos valgykla“

Direktorė Sigutė Berštaitė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorė
Larisa Bukinienė

1 savaitė
Trečiadienis



Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (<i>augalinis, tausojantis</i>)	SB-1(23)AT	150	3.19	1.31	24.19	84.530
Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Žuvies (jūros lydeka) ir cukinijų paplotėlis, keptas konvekciniame pečiujė (<i>tausojantis</i>)	BG9-8/164T	70 (53/17)	9.932	3.508	4.564	89.555
Bulvių košė su morkomis (<i>tausojantis</i>)	VšI-TM-Gr012.2	90	1.998	2.655	14.517	89.946
Kopūstų, morkų, obuolių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (<i>augalinis</i>)	SB/D-2(16)A	80	0.800	8.200	6.400	95.700
Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			17.910	17.893	75.126	489.501
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) apkepas (<i>tausojantis</i>)	BG7-8/169T	140	17.526	11.938	29.142	293.990
Uogienė	SC-V(15)	15	0.045	0.000	10.635	40.650
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso dienos davinio:			17.910	17.893	75.126	489.501

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Šeimos valgykla“

Direktorė Sigutė Berštautaitė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorė
Larisa Bukinienė



1 savaitė
Ketvirtadienis



Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su bulvėmis ir cukinija (augalinis, tausojantis)	SAM-ŠVSB-SR (15)	150	1.670	3.220	12.120	80.220
Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Jautienos kukulis, keptas garuose (tausojantis)	SB-12(1)T	70	11.421	2.577	7.399	129.104
Brinkinti griekiai (augalinis, tausojantis)	VŠ -TM-Gr018	80	3.528	0.872	19.408	99.200
Virtų burokėlių salotos su raugintais agurkais (augalinis)	SB-2(43)A	80	1.033	3.209	6.531	55.864
Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			19.642	12.098	70.913	494.158
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai	VŠ -TM-M004	150	10.635	20.265	54.585	443.310
Trinti kepti obuoliai (augalinis, tausojantis)	SB-14(3)AT	20	0.100	0.100	3.500	14.100
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			10.735	20.365	58.085	457.410
Iš viso dienos davinio:			30.377	32.463	128.998	951.568

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Šeimos valgykla“

Direktorė Sigutė Berštaitė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorė
Larisa Bukinienė



1 savaitė
Penktadienis



Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Spindulinių pupuolių sriuba (<i>augalinis, tausojantis</i>)	SB-1(42)AT	150	4.400	3.200	14.000	101.000
Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Kalakutienos šlaunelių mėsos troškiny su konservuotais kukurūzais, morkomis ir paprikomis (<i>tausojantis</i>)	SB/D-10(8)T	80 (40/11/29)	12.120	9.350	8.158	163.618
Virtos bulvės (<i>augalinis, tausojantis</i>)	BG4-3/65AT	90	1.854	0.093	16.964	76.107
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su šalto spaudimo aliejumi (<i>augalinis</i>)	SB-2(18)A	80	0.860	6.000	3.720	72.500
Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			21.224	20.863	68.297	542.995
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Virti varškėtukai (9%) su viso grūdo miltai (<i>tausojantis</i>)	SB-7(15)T	160	20.120	9.540	42.153	351.760
Grietinė (30%)	SC-V(14)	15	0.360	4.500	0.465	43.950
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			20.480	14.040	42.618	395.710
Iš viso dienos davinio:			41.704	34.903	110.915	938.705

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Šeimos valgykla“

Direktorė Sigutė Berštaitė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorė
Larisa Bukinienė





Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (<i>augalinis, tausojantis</i>)	SAM-ŠVSB-SR(3)	150	1.140	3.050	8.860	66.430
Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Kiaulienos maltinis (<i>tausojantis</i>)	VšĮ-TM-K003	70	13.246	4.900	12.639	147.630
Virtos bulgur kruopos (<i>augalinis, tausojantis</i>)	VšĮ-TM-Gr006	80	2.808	2.584	17.352	104.000
Virtų burokėlių salotos su žirneliais (<i>augalinis</i>)	SB-2(45)A	80	1.209	1.084	5.129	43.778
Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			20.393	13.838	69.435	491.608
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) ir bananų apkepas (<i>tausojantis</i>)	SB-7(10)T	140	21.133	15.530	25.412	328.112
Grietinė (30%)	SC-V(14)	15	0.360	4.500	0.465	43.950
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			21.493	20.030	25.877	372.062
Iš viso dienos davinio:			41.886	33.868	95.312	863.670

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Šeimos valgykla“

Direktorė Sigutė Berštaitaitė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorė
Larisa Bukinienė





Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sriuba (tausojantis)	VšĮ-TM-Sr013	150	1.610	2.080	13.350	78.580
Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Troškinta vištienos file su grietinėle (tausojantis)	VšĮ-TM-P013	80 (70/10)	21.760	9.088	1.504	174.869
Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)	BG4-3/65AT	90	1.854	0.093	16.964	76.107
Morkų, agurkų, pomidorų ir paprikų salotos su šalto spaudimo aliejumi (augalinis)	SB/D-2(33)A	80	1.160	4.240	5.220	60.400
Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			28.374	17.721	62.493	519.726
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškiny su pieniškomis dešrelėmis (a.r) (tausojantis)	SB-4(48)T	260 (181/79)	12.428	20.788	25.558	331.942
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			12.428	20.788	25.558	331.942
Iš viso dienos davinio:			40.802	38.509	88.051	851.668

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Šeimos valgykla“

Direktorė Sigutė Berštaitė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorė
Larisa Bukinienė





Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta morkų ir lęšių sriuba (<i>augalinis, tausojantis</i>)	SB/D-1(1)AT	150	4.913	1.173	16.740	91.944
Skrebučiai	Vš]-TM-U013	5	0.395	0.225	0.717	13.985
Žuvies (lydekų ir lašišos) filė paplotėlis, keptas konvekciniame pečiuje (<i>tausojantis</i>)	SAM-Ž-A(50)	70	14.460	11.360	3.690	174.800
Perlinis kuskusas (<i>augalinis, tausojantis</i>)	Vš]-TM-Gr003	80	3.392	0.424	20.896	100.944
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (<i>augalinis</i>)	SB-2(37)A	80	0.960	8.192	3.012	89.616
Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			24.770	21.914	61.275	543.609
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių - cukinijų plokštainis (<i>augalinis, tausojantis</i>)	BG4-8/169	160 (119/41)	7.495	6.776	32.169	240.980
Grietinė (30%)	SC-V(14)	15	0.360	4.500	0.465	43.950
Kefyras (2,5%)	SAM-Š-GĖ(87)	150	5.100	3.750	7.350	84.000
Iš viso:			12.955	15.026	39.984	368.930
Iš viso dienos davinio:			37.725	36.940	101.259	912.539

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Šeimos valgykla“

Direktorė Sigutė Berštaitė



Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorė
Larisa Bukinienė





Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis, tausojantis)	BG1-3/39AT	150	1.508	3.153	11.351	79.812
Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Plovas su kiauliena (tausojantis)	Vš]-TM-K001	170 (114/56)	25.237	13.694	25.441	325.967
Rauginti agurkai (augalinis)	SB/D-4(26)	70	0.400	0.300	1.700	9.100
Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			29.135	19.367	63.947	544.649
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų miltų ir bananų blynai	Vš]-TM-M001	140	8.913	18.325	39.402	358.198
Uogienė	SC-V(15)	15	0.045	0.000	10.635	40.650
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			8.958	18.325	50.037	398.848
Iš viso dienos davinio:			38.093	37.692	113.984	943.497

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Šeimos valgykla“

Direktorė Sigutė Berštaitė

Patvirtino ugdymo įstaiga:



2 savaitė
Penktadienis



Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (<i>augalinis, tausojantis</i>)	SAM-ŠVSB-SR(4)	150	3.425	1.385	13.375	78.426
Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Natūralus kalakutienos maltinukas su kviečių sėlenomis (<i>tausojantis</i>)	VŠJ-TM-P016	70	17.098	5.093	4.769	133.324
Bulvių košė (<i>tausojantis</i>)	SB/D-4(9)T	90	2.970	2.689	19.260	124.121
Raudonųjų kopūstų salotos su morkomis ir krapais (<i>augalinis</i>)	SB-2(17)A	80	1.100	6.100	5.000	71.200
Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			26.583	17.487	67.859	536.841
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių lietinis blynelis su varške (9%)	SB/M-6(2)	180 (120/60)	18.082	13.452	46.081	371.955
Trintos braškės	SB-14(16)A	20	0.125	0.000	2.475	9.400
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			18.207	13.452	48.556	381.355
Iš viso dienos davinio:			44.790	30.939	116.415	918.196

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Šeimos valgykla“

Direktorė Sigutė Berštaitė

Patvirtino ugdymo įstaiga:





Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (<i>augalinis, tausojantis</i>)	SB-1(24)AT	150	2.050	2.350	14.310	86.520
Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Troškinta kalakutiena (<i>tausojantis</i>)	VšĮ-TM-P022	80	15.490	10.480	2.370	165.781
Virtos bulvės (<i>augalinis, tausojantis</i>)	BG4-3/65AT	90	1.854	0.093	16.964	76.107
Morkų ir obuolių salotos	SB-2(44)A	80	0.451	2.035	7.104	44.320
Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			21.835	17.178	66.203	502.498
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėtukai (9%) su viso grūdo miltai (<i>tausojantis</i>)	SB-7(15)T	160	20.120	9.540	42.153	351.760
Grietinė (30%)	SC-V(14)	15	0.360	4.500	0.465	43.950
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			20.480	14.040	42.618	395.710
Iš viso dienos davinio:			42.315	31.218	108.821	898.208

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

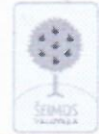
UAB „Šeimos valgykla“

Direktorė Sigutė Berštautaitė

Patvirtino ugdomo įstaiga:

Direktorė
Larisa Bukiniene





Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (<i>augalinis, tausojantis</i>)	SB-1(45)AT	150	1.670	2.420	8.310	61.626
Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Virti viso grūdo makaronai su malta kiauliena (<i>tausojantis</i>)	BG11-5/101T	180 (112/68)	15.622	3.467	37.955	245.502
Burokėlių salotos su aliejumi (<i>augalinis</i>)	SB-2(19)A	80	1.360	5.714	9.390	98.534
Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			20.642	13.821	81.110	535.432
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai su obuoliais	SB/D-6(4)	140	8.225	16.275	35.910	317.750
Uogienė	SC-V(15)	15	0.045	0.000	10.635	40.650
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			8.270	16.275	46.545	358.400
Iš viso dienos davinio:			28.912	30.096	127.655	893.832

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Šeimos valgykla“

Direktorė Sigutė Berštautaitė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorė
Larisa Bukinienė





Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (<i>augalinis, tausojantis</i>)	VšĮ-TM-Sr014	150	2.260	2.310	17.390	99.390
Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Maltos žuvies paplotėlis kukurūzų plutelėje (<i>tausojantis</i>)	SB/D-9(2)T	70	13.370	5.050	8.500	132.250
Brinkinti griekiai (<i>augalinis, tausojantis</i>)	VšĮ-TM-Gr018	80	3.528	0.872	19.408	99.200
Pekino salotos su morkomis ir brokoliais (<i>augalinis</i>)	SB/D-2(24)A	80	1.200	3.200	3.900	42.050
Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
		Iš viso:	22.348	13.652	74.653	502.660
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo apkepas su bananais ir avių sėlenomis	BG16-8/167	140	10.268	15.226	50.781	381.229
Pienas (2,5%)	SAM-Ž-GE(3013/3014)	150	4.200	3.750	7.050	78.750
		Iš viso:	14.468	18.976	57.831	459.979
		Iš viso dienos davinio:	36.816	32.628	132.484	962.639

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

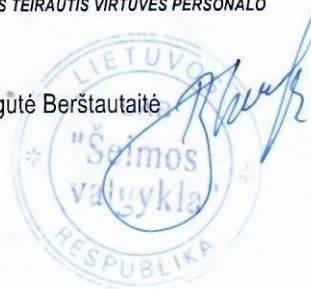
Valgiaraštį sudarė:

UAB „Šeimos valgykla“

Direktorė Sigutė Berštautaitė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorė
Larisa Bukiniene



3 savaitė
Ketvirtadienis



Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (<i>augalinis, tausojantis</i>)	BG1-3/39AT	150	1.508	3.153	11.351	79.812
Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Jautienos befstrogenas (<i>tausojantis</i>)	SB-12(2)T	80 (50/30)	11.491	9.233	6.773	155.762
Bulvių košė su morkomis (<i>tausojantis</i>)	Všj-TM-Gr012.2	90	1.998	2.655	14.517	89.946
Kopūstų, pomidorų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (<i>augalinis</i>)	BG2-1/8A	80	0.881	4.144	3.151	53.424
Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			17.868	21.405	61.247	508.714
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškėčiai (9%) su morkomis, kepti garuose (<i>tausojantis</i>)	BG7-7/162T	150	21.931	12.393	21.220	284.145
Uogienė	SC-V(15)	15	0.045	0.000	10.635	40.650
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			21.976	12.393	31.855	324.795
Iš viso dienos davinio:			39.844	33.798	93.102	833.509

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Šeimos valgykla“

Direktorė Sigutė Berštautaitė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorė
Larisa Bukinienė





Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba (<i>augalinis, tausojantis</i>)	VŠ -TM-Sr011	150	2.080	1.630	11.350	68.340
Skrebučiai	VŠ -TM-U013	5	0.395	0.225	0.717	13.985
Vištienos lazdelės, keptos konvekciniame pečiuje (<i>tausojantis</i>)	VŠ -TM-P018	70	21.330	7.590	2.530	163.740
Virti ryžiai (<i>augalinis, tausojantis</i>)	SB-3(47)AT	80	2.070	0.180	22.950	95.940
Cukinių, agurkų ir morkų salotos (<i>augalinis</i>)	SB-2(35)A	80	0.850	6.138	5.368	80.122
Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			27.375	16.303	59.135	494.447
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių cepelinai su kiauliena	SB/M-4(23)T	200 (140/60)	20.612	8.117	43.406	329.200
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	AB-5	20	0.540	8.070	0.810	77.560
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			21.152	16.187	44.216	406.760
Iš viso dienos davinio:			48.527	32.490	103.351	901.207

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Šeimos valgykla“

Direktorė Sigutė Berštautaitė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorė
Larisa Bukiniene



4 savaitė
Pirmadienis



Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (<i>augalinis, tausojantis</i>)	BG1-3/39AT	150	1.508	3.153	11.351	79.812
Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Kiaulienos - jautienos kukuliai, kepti konvekciniame pečiuje (<i>tausojantis</i>)	Vš]-TM-K005	70	16.070	16.020	1.120	212.920
Perlinis kuskusas (<i>augalinis, tausojantis</i>)	Vš]-TM-Gr003	80	3.392	0.424	20.896	100.944
Raugintų kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi (<i>augalinis</i>)	SB-2(29)A	80	0.674	3.167	5.429	52.879
Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			23.634	24.984	64.251	576.325

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai	SB-7(8)	140	20.650	16.100	38.383	376.950
Natūralus jogurtas (3,5%) su vyšniomis (<i>tausojantis</i>)	Vš]-TM-U023	20	0.628	0.562	1.218	12.440
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			21.278	16.662	39.601	389.390
Iš viso dienos davinio:			44.912	41.646	103.852	965.715

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALŲ

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Šeimos valgykla“

Direktorė Sigutė Berštaitė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorė
Larisa Bukinienė





Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lešių sriuba (augalinis, tausojantis)	VšĮ-TM-Sr026	150	4.95	0.66	17.08	94.060
Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Plovas su vištiena (tausojantis)	VšĮ-TM-P023	170	23.890	9.520	33.710	316.100
Pjaustyti pomidorai (augalinis)	VšĮ-TM-D000.3	70	0.700	0.140	2.870	15.540
Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			31.530	12.540	79.115	555.470
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietinis blynelis su vištienos įdaru	SB-10(6)	180 (120/60)	18.293	11.000	39.950	353.333
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	AB-5	20	0.540	8.070	0.810	77.560
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			18.833	19.070	40.760	430.893
Iš viso dienos davinio:			50.363	31.610	119.875	986.363

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Šeimos valgykla“

Direktorė Sigūtė Berštaitė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorė
Larisa Bukiniene





Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išleiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su makaronais (<i>augalinis, tausojantis</i>)	SB-1(2)AT	150	3.300	1.767	17.557	99.237
Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Tilapijų file troškinta grietinėlėje (<i>tausojantis</i>)	SB-9(9)T	80 (70/10)	16.625	10.150	0.750	160.800
Virtos bulvės (<i>augalinis, tausojantis</i>)	BG4-3/65AT	90	1.854	0.093	16.964	76.107
Morkų salotos su salierais (<i>augalinis</i>)	SB-2(20)A	80	0.889	5.178	6.578	67.415
Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			24.658	19.408	67.304	533.329
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išleiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9%) apkepas su kriaušėmis, praturtintas avižių sėlenomis (<i>tausojantis</i>)	SB-7(11)7	140	24.241	17.023	26.258	284.144
Grietinė (30%)	SC-V(14)	15	0.360	4.500	0.465	43.950
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			24.601	21.523	26.723	328.094
Iš viso dienos davinio:			49.259	40.931	94.027	861.423

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Šeimos valgykla“

Direktorė Sigutė Berštautaitė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorė
Larisa Bukiniene





Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žaliųjų žirnelių sriuba (augalinis, tausojantis)	VŠĮ-TM-Sr016	150	3.190	2.190	12.480	82.410
Skrebučiai	VŠĮ-TM-U013	5	0.395	0.225	0.717	13.985
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	VŠĮ-TM-K006	80	17.714	10.080	6.160	186.400
Virtos perlinės kruopos (augalinis, tausojantis)	VŠĮ-TM-Gr017	80	2.584	0.472	19.856	94.400
Pekino kopūstų, kalafiorų ir virtų morkų salotos	SB-2(14)	80	1.208	6.375	3.780	73.459
Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			25.741	19.882	59.213	522.974

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliais	BG3-6/120	140	8.705	12.132	38.323	297.307
Uogienė	SC-V(15)	15	0.045	0.000	10.635	40.650
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso dienos davinio:			25.741	19.882	59.213	522.974

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Šeimos valgykla“

Direktorė Sigutė Berštaitaitė



Patvirtino ugdymo įstaiga:



4 savaitė
Penktadienis



Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis)	BG1-3/28AT	150	1.881	3.156	13.173	88.616
Grietinė (30%)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
Viso grūdo duona	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
Kalakutienos kukulis su morkomis (tausojantis)	BG10-3/62T	70 (56/14)	13.997	2.790	0.781	84.223
Bulvių košė (tausojantis)	SB/D-4(9)T	90	2.970	2.689	19.260	124.121
Virtų burokėlių salotos su šviežiais obuoliais (augalinis)	BG2-3/63A	80	0.776	3.990	8.011	105.500
Vanduo su citrina	BG17-1/1	150	0.250	0.140	3.220	15.120
Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės		100	0.400	0.400	13.000	57.200
Iš viso:			21.614	14.845	66.680	532.230
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vanilinis ryžių pudingas (tausojantis)	SB-3(31)T	140	10.733	9.100	54.833	343.233
Trintos braškės	SB-14(16)A	20	0.125	0.000	2.475	9.400
Nesaldinta arbata	BG17-1/2	150	0.000	0.000	0.000	0.000
Iš viso:			10.858	9.100	57.308	352.633
Iš viso dienos davinio:			32.472	23.945	123.988	884.863

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Šeimos valgykla“

Direktorė Sigutė Berštautaitė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Direktorė
Larisa Bukinienė

