

Liepkalnio mokyklos  
Direktorė  
Helena Gasperska

Stipriai rekomenduojame, kad UAB „Sotega“  
maitintų pagal suderintą valgiaraštį

HGash  
2019-08-27

Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės  
globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų  
valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo  
2 priedas

## UAB SOTEGA VILNIAUS skyrius

### Vilniaus Liepkalnio mokykla

Liepkalnio 18, Vilnius

---

(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios  
apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

     **15**      **DIENŲ VALGIARAŠTIS**

(nurodyti dienų skaičių)

**Pasirenkamo maitinimo 11 ir vyr. amžiaus ( Pietūs)**

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 7.00 iki 18.00 val.

1 savaitė pirmadienis

Dokumento serija NR Nr. 027316

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-21A	250 g.	9,91	2,80	43,81	230,52
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu	IUŽKN-16A	40/5/25 g.	5,87	7,47	22,06	173,88
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			15,81	14,37	65,91	441,55

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Vištienos kepsneliai	AKMP-PNV-2	80 g.	251,54
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-3B	150 g.	207,28
Sviežių daržovių salotos su aliejumi (kopūs, mork, obuol, svog)	GSALN-26A	70 g.	55,76
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-149	50 g.	47,85
Kefyras 2,5%	GĖRN-49	200 g.	104,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30C	150 g.	78,00
			744,43

**Pietūs II var. (tausojantis)**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Zaliųjų žirnelių sriuba su žiediniais kopūstais (augalinis) (tausojantis)	SRIN-116C	150 g.	58,82
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	71,17
Vištienos kukulis su sorų kruopomis (tausojantis)	AKMPN-163C	68/12 g.	207,03
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-3A	130 g.	179,65
Sviežių daržovių salotos su aliejumi (kopūs, mork, obuol, svog)	GSALN-26E	60 g.	47,78
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-149	50 g.	47,85
Kefyras 2,5%	GĖRN-49	200 g.	104,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	52,00
			768,3



1 savaitė antradienis

Dokumento serija NR Nr. 027317

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė(tausojantis)	IKRUOPN-16A	250 g.	8,25	3,55	35,56	207,68
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varške 9%	IUŽKN-13KK	40/5/25 g.	7,79	7,47	26,28	197,71
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,07	15,12	61,88	442,54

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Kiaulienos kepsnys	AKMP-SMLPC-10C	80 g.	229,23
Biri ryžių košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-1B	150 g.	220,32
Salierų,morkų,obuolių salotos su jogurtu	GSAL-PNV-5B	50 g.	22,37
Kopūstų,paprikų,morkų, žirnelių salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-111A	70 g.	98,29
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9B	150 g.	64,50
			634,71

**Pietūs II var. (tausojantis)**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-3BB	150 g.	46,34
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	94,89
Virti mušti kiaulienos suktinukai troškinti padaže(tausojantis)	AKMPN-84E	80/45 g.	173,19
Biri ryžių košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-1H	120 g.	176,25
Salierų,morkų,obuolių salotos su jogurtu	GSAL-PNV-5B	50 g.	22,37
Kopūstų,paprikų,morkų, žirnelių salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-111A	70 g.	98,29
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00
			654,33



1 savaitė trečiadienis

Dokumento serija NR. 027318

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su cinamonu(tausojantis)	IKRUOPN-15L	250 g.	9,13	5,29	36,08	217,96
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Skrebutis	IUŽKN-1D	50 g.	4,43	7,83	21,84	169,71
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,59	17,22	57,96	424,82

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Maltas vištienos šnicelis	AKMP-SMLPC-38C	80 g.	340,16
Biri grikių košė (augalinis)(tausojantis)	GGARN-2B	150 g.	289,06
Pekino kopūstų salotos su agurkais (pek.kop.agurk.obuol.por)	GSALN-41A	70 g.	47,93
Paprikos,špinatų ir obuolių salotos su aliejaus	GSAL-WWW-94A	50 g.	60,16
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	53,00
			790,31

**Pietūs II var. (tausojantis)**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38AA	150 g.	49,87
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	94,89
Kalakutienos kukulis(tausojantis)	AKMPNN-164A	80 g.	159,79
Biri grikių košė (augalinis)(tausojantis)	GGARN-2B	150 g.	289,06
Pekino kopūstų salotos su agurkais (pek.kop.agurk.obuol.por)	GSALN-41A	70 g.	47,93
Paprikos,špinatų ir obuolių salotos su aliejaus	GSAL-WWW-94A	50 g.	60,16
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	53,00
			754,7



1 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija NR. Nr. 027319

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-22A	250 g.	7,68	2,90	46,32	246,37
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45%	IUŽKN-8BB	40/5/15 g.	6,69	8,59	21,90	186,68
Žolelių arbata be cukraus	GERN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,40	15,59	68,26	470,2

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Lydekos filė rageliai	AŽUVPN-31D	80 g.	255,55
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-4B	150 g.	199,18
Morkų salotos su jogurtu	GSALN-128A	50 g.	19,87
Sviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12A	70 g.	50,78
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Kriaušė(augalinis)	IVNT-30C	150 g.	78,00
			603,38

**Pietūs II var. (tausojantis)**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis(augalinis) (tausojantis)	SRIN-117A	150 g.	82,50
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94B	50 g.	118,61
Virti lydekos maltiniai (tausojantis)	AŽUVPK-PNV-7B	80 g.	168,28
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-4B	150 g.	199,18
Morkų salotos su jogurtu	GSALN-128A	50 g.	19,87
Sviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12A	70 g.	50,78
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Kriaušė(augalinis)	IVNT-30	100 g.	52,00
			691,22



1 savaitė penktadienis

Dokumento serija NR. Nr. 027320

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis (1vnt.) (tausojantis)	IKIAUŠN-13A	50 g.	6,15	5,85	0,35	78,50
Duona su sviestu 82%	IUŽKN-6D	50/5 g.	3,48	4,65	27,34	159,00
Mišrainė su natūraliu jogurtu (bulv., mork., agurk., žirn.)	GSALN-133G	220 g.	7,76	3,52	26,05	158,58
Kmynų arbata be cukraus	GĖRN-46C	200 g.	0,04	0,03	0,10	0,67
			17,43	14,05	53,84	396,75

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Bulvių plokštainis	ADRŽPN-47F	220 g.	316,05
Pieno 2,5% padažas	PADN-2	20 g.	16,67
Ziedinių kopūstų salotos su obuoliais ir jogurtu	GSALN-136A	50 g.	18,91
Burokėlių salotos su aliejaus padažu (svog., aliej., citr.) (augalinis)	GSAL-SMLPC-27D	70 g.	129,99
Kefyras 2,5%	GĖRN-49	200 g.	104,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9B	150 g.	64,50
			650,12

**Pietūs II var. (tausojantis)**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-39L	150 g.	76,40
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	71,17
Virtas kiaulienos maltinis (tausojantis)	AKMPN-83D	80 g.	175,71
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13B	150 g.	125,15
Ziedinių kopūstų salotos su obuoliais ir jogurtu	GSALN-136A	50 g.	18,91
Burokėlių salotos su aliejaus padažu (svog., aliej., citr.) (augalinis)	GSAL-SMLPC-27D	70 g.	129,99
Kefyras 2,5%	GĖRN-49	200 g.	104,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00
			744,33



2 savaitė pirmadienis

Dokumento serija NR Nr. 027321

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni), Porcija I žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trijų grūdų dribsnių košė su cinamonu(tausojantis)	IKRUOPN-24L	250 g.	8,71	3,41	37,34	210,95
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45%	IUŽKN-8BB	40/5/15 g.	6,69	8,59	21,90	186,68
Mėtų arbata be cukraus	GERN-77B	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			15,43	16,1	59,28	434,78

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Ypatingasis kiaulienos ir jautienos kotletas	AKMPN-8F	80 g.	242,14
Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-5B	150 g.	236,76
Porų, obuolių ir morkų salotos su jogurtu	GSALN-155B	50 g.	22,10
Pekino kopūstų salotos su pomidorais ir aliejaus padažu (aliej. citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-40C	70 g.	70,12
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8B	150 g.	79,50
			650,62

**Pietūs II var. (tausojantis)**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-118A	150 g.	84,08
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	94,89
Garintas kiaulienos maltinis (tausojantis)	AKMPN-124F	80 g.	169,20
Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-5B	150 g.	236,76
Porų, obuolių ir morkų salotos su jogurtu	GSALN-155B	50 g.	22,10
Pekino kopūstų salotos su pomidorais ir aliejaus padažu (aliej. citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-40C	70 g.	70,12
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	53,00
			730,15



2 savaitė antradienis

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

## Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas	IKIAUŠN-6A	80 g.	6,62	8,91	5,15	126,67
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	2,59	0,44	20,92	94,89
Naminė burokėlių mišrainė su aliejumi(augalinis)	GSALN-103	200 g.	6,61	10,40	27,55	214,41
Žolelių arbata be cukraus	GERN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			15,82	19,75	53,62	435,97

## Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Maltos vištienos kotletas	AKMPN-24G	80 g.	204,03
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7B	150 g.	144,48
Spinatų, pomidorų salotos su svogūnų laiškais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-143	50 g.	54,12
Troškinti švž. kopūstai (augalinis) (tausojantis)	GSAL-WWW-17C	70 g.	78,99
Kefyras 2,5%	GERN-49	200 g.	104,00
Bananas(augalinis)	IVNT-7D	100 g.	97,00
			682,62

## Pietūs II var. (tausojantis)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI-SMLPC-10B	150 g.	76,40
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	71,17
Garintas vištienos maitinis (tausojantis)	AKMPN-25E	80 g.	140,79
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7B	150 g.	144,48
Spinatų, pomidorų salotos su svogūnų laiškais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-143	50 g.	54,12
Troškinti švž. kopūstai (augalinis) (tausojantis)	GSAL-WWW-17C	70 g.	78,99
Kefyras 2,5%	GERN-49	200 g.	104,00
Bananas(augalinis)	IVNT-7D	100 g.	97,00
			766,95





2 savaitė trečiadienis

Dokumento serija NR Nr. 027323

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

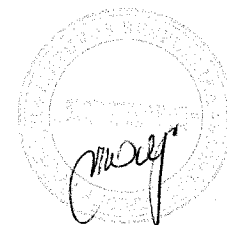
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sorų kruopų košė(tausojantis)	IKRUOPN-18A	250 g.	8,69	3,80	42,81	243,69
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir varškės sūriu 22%	IUŽKN-10B	40/5/15 g.	5,52	7,84	22,30	177,23
Kmynų arbata be cukraus	GĖRN-46C	200 g.	0,04	0,03	0,10	0,67
			14,28	15,77	65,25	458,74

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Vištienos kepsnys "Jūratė"	AKMPN-45A	80 g.	211,33
Grietinės 30% padažas	PADN-7	20 g.	37,01
Bulvių tyrė (tausojantis)	GGARN-15B	150 g.	118,11
Burokėlių ir pupelių salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-116	70 g.	110,16
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75H	60 g.	82,41
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00
Kriaušė(augalinis)	IVNT-30C	150 g.	78,00
			637,02

**Pietūs II var. (tausojantis)**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis(augalinis)(tausojantis)	SRIN-32H	150 g.	49,46
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94B	50 g.	118,61
Kalakutienos kukuliai su avižiniais dribsniais (tausojantis)	AKMPN-161C	69/11 g.	159,97
Bulvių tyrė (tausojantis)	GGARN-15B	150 g.	118,11
Burokėlių ir pupelių salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-116	70 g.	110,16
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75	50 g.	68,68
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00
Kriaušė(augalinis)	IVNT-30	100 g.	52,00
			676,99



2 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija NR. Nr. 027324

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė su morkomis (tausojantis)	IKRUOPN-5A	219/31 g.	6,01	7,98	41,63	252,06
Duona su sviestu 82% ir virta dešra(aukšč.r.)	IUŽKN-12SS	40/5/20 g.	5,59	9,10	21,88	186,03
Švž. agurkai(augalinis)	GSALN-59	20 g.	0,16	0,04	0,46	2,20
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,76	17,12	63,97	440,29

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Kepta silkės filė	AŽUVPN-51A	80 g.	223,44
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-3B	150 g.	207,28
Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21	50 g.	46,80
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44A	70 g.	46,18
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8N	170 g.	90,10
			613,8

**Pietūs II var. (tausojantis)**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Barščiai su švž. kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-60A	150 g.	42,63
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	71,17
Virti silkės maltiniai (tausojantis)	AŽUVPN-52C	80 g.	201,33
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-3B	150 g.	207,28
Virti žalieji žirneliai(tausojantis)	GGARN-21	50 g.	46,80
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44A	70 g.	46,18
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	53,00
			668,39



2 savaitė penktadienis

Dokumento serija NR. 027325

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su sėlenėlėmis (tausojantis)	IKRUOPN-140	230/20 g.	10,73	3,55	51,50	268,15
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu	IUŽKN-16A	40/5/25 g.	5,87	7,47	22,06	173,88
Žolelių arbata be cukraus	GERN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			16,63	15,12	73,6	479,18

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Šnicelis (kiauliena)	AKMPN-7H	80 g.	248,43
Virti makaronai (augalinis) (tausojantis)	GGARN-12A	130 g.	190,05
Troškintos morkos grietinėje 30% (tausojantis)	GSALN-125B	70 g.	49,91
Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn,	GSAL-WWW-28A	50 g.	85,82
Kefyras 2,5%	GERN-49	200 g.	104,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9B	150 g.	64,50
			742,71

**Pietūs II var. (tausojantis)**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Bulvių sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis)	SRIN-10J	150 g.	63,08
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	94,89
Makaronai su kiauliena pomidorų padaže(tausojantis)	AMLTN-30F	206/24 g.	338,22
Troškintos morkos grietinėje 30% (tausojantis)	GSALN-125B	70 g.	49,91
Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn,	GSAL-WWW-28A	50 g.	85,82
Kefyras 2,5%	GERN-49	200 g.	104,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00
			778,92



3 savaitė pirmadienis

Dokumento serija NR. 027326

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė (tausojantis)	IKRUOPN-13F	220 g.	8,00	3,29	34,19	195,91
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virta dešra(aukšč.r.)	IUŽKN-12SS	40/5/20 g.	5,59	9,10	21,88	186,03
Žolelių arbata be cukraus	GERN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,62	16,49	56,11	419,09

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Energinė vertė kcal
Kotletas(kiauliena)	AKMPN-5G	80 g.	253,86
Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-5B	150 g.	236,76
Spinatų, pomidorų salotos su svogūnų laiškais ir jogurtu	GSALN-142A	60 g.	15,20
Burokėlių salotos su apelsiniais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-158C	60 g.	60,32
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8B	150 g.	79,50
			645,64

**Pietūs II var. (tausojantis)**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Energinė vertė kcal
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-39L	150 g.	76,40
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94B	50 g.	118,61
Jautienos maltinukai su saldžiąja paprika ir bazilikais (tausojantis)	AKMPNN-167B	80 g.	134,57
Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-5B	150 g.	236,76
Spinatų, pomidorų salotos su svogūnų laiškais ir jogurtu	GSALN-142A	60 g.	15,20
Burokėlių salotos su apelsiniais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-158C	60 g.	60,32
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	53,00
			694,86



3 savaitė antradienis

Dokumento serija NR Nr. 027327

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtas kiaušinis (1vnt.) (tausojantis)	IKIAUŠN-13A	50 g.	6,15	5,85	0,35	78,50
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94B	50 g.	3,24	0,55	26,16	118,61
Sviestas 82%	IVNT-15H	7 g.	0,04	5,74	0,06	52,01
Baltoji mišrainė su natūraliu jogurtu (be kiaušinių)	GSALN-150G	220 g.	5,58	1,02	30,21	143,40
Kmynų arbata be cukraus	GERN-46C	200 g.	0,04	0,03	0,10	0,67
			15,05	13,19	56,88	393,19

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Maltos lydekos filė kotletas(tausojantis)	AŽUVPN-20D	80 g.	164,31
Biri ryžių košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-1B	150 g.	220,32
Ziedinių kopūstų, pomidorų ir porų salotos su aliejumi	GSALN-140B	60 g.	64,53
Kopūstų, morkų, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-161B	60 g.	81,12
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9G	170 g.	73,10
			603,38

**Pietūs II var. (tausojantis)**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Energinė vertė kcal
Agurkinė sriuba(augalinis) (tausojantis)	SRIN-66	150 g.	63,42
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	94,89
Mėgėjų lydekos kotletas troškintas padaže(tausojantis)	AŽUVPN-24E	80/40 g.	159,70
Biri ryžių košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-1B	150 g.	220,32
Ziedinių kopūstų, pomidorų ir porų salotos su aliejumi	GSALN-140B	60 g.	64,53
Kopūstų, morkų, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-161B	60 g.	81,12
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00
			726,98



3 savaitė trečiadienis

Dokumento serija NR. Nr. 027328

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinų kruopų (tausojantis)	IKRUOPN-19A	250 g.	7,48	2,78	36,47	193,04
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varške 9%	IUŽKN-13K	40/5/20 g.	6,99	7,02	26,10	189,71
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,50	13,9	62,61	419,9

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Maltas vištienos šnicelis	AKMP-SMLPC-38C	80 g.	340,16
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7A	130 g.	124,25
Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	GSAL-PNV-2B	70 g.	50,36
Pekino kopūstų salotos su agurkais (pek.kop.agurk.obuol.por)	GSALN-41B	50 g.	34,24
Kefyras 2,5%	GERN-49	200 g.	104,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8B	150 g.	79,50
			732,51

**Pietūs II var. (tausojantis)**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Vermišėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-79E	150 g.	111,08
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	71,17
Vištienos kukulis su avižiniais dribsniais (tausojantis)	AKMPN-162C	69/11 g.	200,59
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7A	130 g.	124,25
Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	GSAL-PNV-2B	70 g.	50,36
Pekino kopūstų salotos su agurkais (pek.kop.agurk.obuol.por)	GSALN-41B	50 g.	34,24
Kefyras 2,5%	GERN-49	200 g.	104,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	53,00
			748,69



3 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija NR. Nr. 027329

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-17A	250 g.	7,25	3,01	38,38	200,40
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir varškės sūriu 22%	IUŽKN-10B	40/5/15 g.	5,52	7,84	22,30	177,23
Mėtų arbata be cukraus	GĖRN-77D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,80	14,95	60,72	414,78

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Vištienos kepinukai	AKMPN-49A	80 g.	251,54
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-4B	150 g.	199,18
Virti žalieji žirneliai (tausojantis)	GGARN-21	50 g.	46,80
Salierų, morkų, obuolių, porų salotos su jogurtu	GSALN-145B	70 g.	26,21
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9B	150 g.	64,50
			588,23

**Pietūs II var. (tausojantis)**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Spinatų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-56W	150 g.	52,19
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	94,89
Virtos vištienos maltinis (tausojantis)	AKMPN-155B	80 g.	221,19
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-4B	150 g.	199,18
Virti žalieji žirneliai (tausojantis)	GGARN-21	50 g.	46,80
Salierų, morkų, obuolių, porų salotos su jogurtu	GSALN-145B	70 g.	26,21
Geriamas vanduo	GĖRN-85	200 g.	0,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00
			683,46



3 savaitė penktadienis

Dokumento serija NR Nr. 027330

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

## Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-22A	250 g.	7,68	2,90	46,32	246,37
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45%	IUŽKN-8BB	40/5/15 g.	6,69	8,59	21,90	186,68
Kmynų arbata be cukraus	GERN-46C	200 g.	0,04	0,03	0,10	0,67
			14,44	15,62	68,36	470,87

## Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Kiaulienos kepsnys su kmynais	AKMP-PNV-12E	80 g.	307,31
Bulvių košė (tausojantis)	GGARN-14B	150 g.	138,54
Morkų salotos su aliejumi (augalinis)	GSAL-TAUS-4	100 g.	100,67
Švž. agurkai (augalinis)	GSALN-59F	30 g.	3,30
Kefyras 2,5%	GERN-49	200 g.	104,00
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8B	150 g.	79,50
			733,32

## Pietūs II var. (tausojantis)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Energinė vertė kcal
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-30J	150 g.	75,26
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	71,17
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos įdaru (tausojantis)	ADRŽPN-37C	197/33 g.	304,25
Pieno 2,5% padažas	PADN-2A	30 g.	25,01
Morkų salotos su aliejumi (augalinis)	GSAL-TAUS-4	100 g.	100,67
Švž. agurkai (augalinis)	GSALN-59F	30 g.	3,30
Kefyras 2,5%	GERN-49	200 g.	104,00
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	53,00
			736,66

