

UAB „Sotega“ Vilniaus skyrius

Liepkalnio mokykla

Liepkalnio g. 18, Vilnius

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

__15__ DIENŲ VALGIARAŠTIS
(nurodyti dienų skaičių)

__6-10m.__
(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Istaigos darbo laikas

Nuo __ iki __ val.

1 savaitė pirmadienis

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Batonas su sviestu 82% ir varške 9%	IUŽKN-13Q	35/3/25 g.	7,31	5,69	23,09	167,78
Žolelių arbata be cukraus	GERN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			7,31	5,69	23,09	167,78

1 savaitė antradienis

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sausainiai	IVNT-26EE	30 g.	2,25	3,96	21,06	128,88
Kakava su pienu 2,5% be cukraus	GERN-86A	200 g.	2,19	2,58	2,92	45,12
			4,44	6,54	23,98	174

1 savaitė trečiadienis

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Batonas	IVNT-12K	35 g.	3,29	0,98	22,19	105,49
Pupelių užtepėlė (augalinis)	IUŽKN-96	40 g.	1,53	5,57	2,75	68,30
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-71	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			4,82	6,55	24,94	173,79

1 savaitė ketvirtadienis

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Naminė burokėlių mišrainė su aliejumi(augalinis)	GSALN-103D	120 g.	3,98	5,76	16,54	124,34
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			4,95	5,92	24,39	159,92

1 savaitė penktadienis

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškė 9% su žalumynais	IVRŠPN-25E	40 g.	4,62	2,71	1,48	49,38
Kukurūzų trapučiai	IVNT-99B	25 g.	2,28	1,38	18,23	91,50
Arbata su pienu 2,5% be cukraus	GERN-72	200 g.	1,60	1,25	2,40	27,50
			8,5	5,34	22,11	168,38

2 savaitė pirmadienis

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinti žiediniai kopūstai	GSALNN-123	70 g.	2,28	4,54	7,47	71,26
Batonas	IVNT-12F	25 g.	2,35	0,70	15,85	75,35
Arbata su pienu 2,5% be cukraus	GERN-72A	150 g.	1,20	0,94	1,80	20,63
			5,83	6,18	25,12	167,24

2 savaitė antradienis

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sausainiai	IVNT-26EE	30 g.	2,25	3,96	21,06	128,88
Kakava su pienu 2,5% be cukraus	GERN-86A	200 g.	2,19	2,58	2,92	45,12
			4,44	6,54	23,98	174

2 savaitė trečiadienis

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mišrainė su natūraliu jogurtu	GSALN-133	120 g.	4,27	1,88	14,23	86,15
Duona su sviestu 82%	IUŽKN-6	20/5 g.	1,41	4,32	10,96	85,89
Žolelių arbata be cukraus	GERN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,68	6,2	25,19	172,04

2 savaitė ketvirtadienis

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Batonas	IVNT-12K	35 g.	3,29	0,98	22,19	105,49
Pupelių užtepėlė (augalinis)	IUŽKN-96	40 g.	1,53	5,57	2,75	68,30
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-71	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			4,82	6,55	24,94	173,79

2 savaitė penktadienis

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Batonas su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu	IUŽKN-15U	30/3/20 g.	5,30	5,64	19,18	144,11
Arbata su pienu 2,5% be cukraus	GERN-72A	150 g.	1,20	0,94	1,80	20,63
			6,5	6,58	20,98	164,74

3 savaitė pirmadienis

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sausainiai	IVNT-26EE	30 g.	2,25	3,96	21,06	128,88
Kakava su pienu 2,5% be cukraus	GĖRN-86A	200 g.	2,19	2,58	2,92	45,12
			4,44	6,54	23,98	174

3 savaitė antradienis

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškė 9% su žalumynais	IVRŠPN-25E	40 g.	4,62	2,71	1,48	49,38
Kukurūzų trapučiai	IVNT-99B	25 g.	2,28	1,38	18,23	91,50
Arbata su pienu 2,5% be cukraus	GĖRN-72	200 g.	1,60	1,25	2,40	27,50
			8,5	5,34	22,11	168,38

3 savaitė trečiadienis

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinti žiediniai kopūstai	GSALNN-123	70 g.	2,28	4,54	7,47	71,26
Batonas	IVNT-12F	25 g.	2,35	0,70	15,85	75,35
Arbata su pienu 2,5% be cukraus	GĖRN-72A	150 g.	1,20	0,94	1,80	20,63
			5,83	6,18	25,12	167,24

3 savaitė ketvirtadienis

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Batonas su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu	IUŽKN-15U	30/3/20 g.	5,30	5,64	19,18	144,11
Arbata su pienu 2,5% be cukraus	GĖRN-72A	150 g.	1,20	0,94	1,80	20,63
			6,5	6,58	20,98	164,74

3 savaitė penktadienis

Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Batonas	IVNT-12K	35 g.	3,29	0,98	22,19	105,49
Pupelių užtepėlė (augalinis)	IUŽKN-96	40 g.	1,53	5,57	2,75	68,30
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-71	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			4,82	6,55	24,94	173,79