

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)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 7.00 iki 18.00 val.

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

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri grikių košė su morkomis ir svogūnais (augalinis)	GGAR-PNV-7A	180 g.	7,95	6,44	44,71	260,17
Batonas su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu (A-1;3;7)	IUŽKN-15P	20/5/15 g.	3,76	6,42	12,83	120,98
Zolelių arbata be cukraus	GERN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,71	12,86	57,54	381,15

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-118A	150 g.	3,76	2,70	12,88	80,64
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Varškės 9% apkepas (tausojantis) (A-1;3;7)	AAPK-18F	130 g.	15,81	12,35	32,80	308,19
Obuolių padažas	PADN-15D	20 g.	0,02	0,02	2,07	8,23
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol. por) (augalinis)	GSALN-41K	80 g.	0,84	6,87	4,86	79,31
Vanduo su citrina	GERN-65	200 g.	0,10	0,06	1,29	4,34
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			21,9	22,46	75,15	568,29

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-118A	150 g.	3,76	2,70	12,88	80,64
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Troškinta vištiena su ciberžole (tausojantis) (A-1)	AKMPN-203C	60 g.	9,01	8,19	4,84	124,25
Bulvių tyrė (tausojantis) (A-7)	GGARN-15H	120 g.	2,69	0,59	19,77	94,17
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-149R	120 g.	1,51	7,31	12,83	115,18
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			18,34	19,25	71,57	501,82

Pietūs III variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-118A	150 g.	3,76	2,70	12,88	80,64
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Brokolių troškiny su morkomis, bulvėmis ir svogūnais (tausojantis) (augalinis)	ADRŽPN-115E	180g	2,63	9,32	14,11	139,82
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-149G	100g	1,26	6,08	10,69	95,98
Kefyras 2,5% (A-7)	GERN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			13,70	22,37	67,54	493,88

Liepkalnio mokykla
Direktorė
Molena Gasperska

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

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

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su sėlenėlėmis (tausojantis) (A-1;7)	IKRUOPN-14N	200 g.	7,19	2,43	35,28	196,45
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varške 9% (A-1;7)	IUŽKN-13E	20/5/15 g.	4,31	6,01	13,25	121,43
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,53	12,54	48,57	355,03

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-3B	150 g.	1,06	1,17	8,42	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94H	10 g.	0,65	0,11	5,23	23,72
Miltiniai blynėliai (A-1;3;7)	AMLTN-32I	110 g.	7,47	7,57	47,83	284,89
Grietinė 30% (A-7)	IVNT-14A	10 g.	0,24	3,00	0,31	29,40
Kopūstų, morkų, obuolių, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-26E	60 g.	0,62	3,12	5,24	47,75
Raugintų pasukų kokteilis su uogomis ir bananais	GERN-91D	130 g.	3,29	1,12	10,81	64,51
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			14,13	16,29	88,84	538,35

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-3B	150 g.	1,06	1,17	8,42	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis) (A-1)	AKMPN-119K	50/20 g.	10,50	12,85	3,03	168,74
Biri ryžių košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-1S	90 g.	2,28	3,30	24,69	132,20
Kopūstų, morkų, obuolių, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-26F	80 g.	0,84	4,15	6,98	63,66
Vanduo su citrina	GERN-65	200 g.	0,10	0,06	1,29	4,34
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			16,55	21,89	63,26	492,6

Pietūs III variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-3B	150 g.	1,06	1,17	8,42	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Pupelių, daržovių, perlinių kruopų troškiny (augalinis) (tausojantis) (A-1)	ADRŽPN-162C	200 g.	10,31	6,94	44,95	254,43
Kopūstų, morkų, obuolių, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-26	100 g.	1,06	5,20	8,71	79,58
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			15,17	13,84	88,77	493,26

Liepkalnio mokyklos
Direktorė
Helena Gasperska

CAB „SOTEGA“
Direktorė
Dina Lukšienė

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

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su cinamonu (tausojantis) (A-1;7)	IKRUOPN-15J	200 g.	7,30	4,22	28,71	173,84
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir virta dešra (aukšč.r.) (A-1;6;7;9;10)	IUŽKN-11RRR	20/5/15 g.	4,01	8,08	12,72	135,98
Žolelių arbata be cukraus	GERN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,34	16,4	41,47	346,97

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38A	150 g.	0,95	2,41	6,29	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Sklindžiai su varške 9% (A-1;3;7)	AMLTN-22F	130 g.	10,45	12,53	49,32	347,63
Grietinė 30% (A-7)	IVNT-14A	10 g.	0,24	3,00	0,31	29,40
Vanduo su citrina	GERN-65	200 g.	0,10	0,06	1,29	4,34
Traškios morkų lazdelės (augalinis)	IVNT-101C	70 g.	0,70	0,14	6,09	21,70
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			14,14	18,76	86,76	550,36

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38A	150 g.	0,95	2,41	6,29	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Vištienos ir grikių troškinys (tausojantis)	AKMPN-58A	51/129 g.	13,64	9,56	21,64	223,61
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol.por) (augalinis)	GSALN-41	100 g.	1,03	8,58	5,98	98,49
Vanduo su citrina	GERN-65	200 g.	0,10	0,06	1,29	4,34
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8G	120 g.	0,48	0,48	15,60	63,60
			17,5	21,31	61,26	484,33

Pietūs III variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38A	150 g.	0,95	2,41	6,29	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Lęšių ir daržovių troškinys su kmynais (augalinis) (tausojantis) (A-1)	AKMPN-312C	180 g.	12,98	10,01	42,90	308,48
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol.por) (augalinis)	GSALN-41Š	90 g.	0,93	7,71	5,38	88,62
Vanduo su citrina	GERN-65	200 g.	0,10	0,06	1,29	4,34
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			16,66	20,81	79,32	548,73

Liepkalnio mokyklos
Direktorė
Helena Gasperskė

Liepkalnio mokyklos
Direktorė
Rita Juškaitė
Puslapis 3

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

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų koše (tausojantis) (A-7)	IKRUOPN-22	200 g.	6,15	2,31	37,05	197,09
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45% (A-1:7)	IUŽKN-8FF	20/5/15 g.	5,31	8,37	10,98	137,94
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,49	14,78	48,07	372,18

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-104A	150 g.	0,92	2,52	6,08	46,26
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Makaronai su morkomis ir vištiena (tausojantis) (A-1:7)	AMLTN-53C	77/24/29 g.	8,85	10,98	21,17	216,20
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12A	70 g.	0,98	3,92	4,81	53,44
Kefyras 2,5% (A-7)	GERN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
Bananas (augalinis)	IVNT-7D	100 g.	1,20	0,30	23,10	97,00
			17,6	21,69	71,62	538,34

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-104A	150 g.	0,92	2,52	6,08	46,26
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Lydeka troškinta su daržovėmis pomidorų padaže (tausojantis) (A-1:4)	AŽUVPN-10A	60/60 g.	16,31	4,89	9,09	143,04
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13	100 g.	2,06	0,10	18,85	83,43
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75I	120 g.	1,27	9,51	10,34	121,71
Vanduo su citrina	GERN-65	200 g.	0,10	0,06	1,29	4,34
Bananas (augalinis)	IVNT-7D	100 g.	1,20	0,30	23,10	97,00
			23,16	17,6	79,21	543,22

Pietūs III variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-104A	150 g.	0,92	2,52	6,08	46,26
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94H	10 g.	0,65	0,11	5,23	23,72
Virti makaronai su daržovėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	AMLTN-1A	120/30 g.	6,31	4,16	41,79	233,08
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12Š	80 g.	1,14	4,48	5,56	61,29
Kefyras 2,5% (A-7)	GERN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
Bananas (augalinis)	IVNT-7D	100 g.	1,20	0,30	23,10	97,00
			14,57	15,32	87,76	539,35

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

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė (tausojantis) (A-1;7)	IKRUOPN-19	200 g.	5,99	2,22	29,18	154,43
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% (A-1;7)	IUŽKN-5	20/5 g.	1,91	4,66	12,72	97,43
Švž. pomidorai (augalinis)	GSALN-60	20 g.	0,20	0,04	0,82	3,40
Kakava su pienu 2,5% be cukraus (A-7)	GERN-45CC	200 g.	2,33	3,12	2,94	51,18
			10,46	14,14	45,7	343,59

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-39E	150 g.	3,12	2,19	11,72	73,87
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Kiaulienos šnicelis (tausojantis) (A-1;3)	AKMPN-7A	60 g.	7,91	12,71	9,32	180,87
Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGARN-5	100 g.	5,12	3,43	28,52	157,84
Burokėliai su užpilu (augalinis)	GSALN-55G	80 g.	1,22	4,04	8,06	67,37
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			18,74	22,93	78,47	568,53

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-39E	150 g.	3,12	2,19	11,72	73,87
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Vištienos gabaliukai morkų, kmynų ir pomidorų padaže (tausojantis)	AKMPN-199	60/100 g.	13,45	10,03	9,34	175,91
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGARN-3	100 g.	3,27	3,59	25,06	138,18
Burokėliai su užpilu (augalinis)	GSALN-55	100 g.	1,55	5,05	10,21	84,77
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			22,76	21,42	77,18	561,31

Pietūs III variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-39E	150 g.	3,12	2,19	11,72	73,87
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Kvietinių kruopų plovai su daržovėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	IKRUOPN-34B	150 g.	8,06	14,16	46,63	329,95
Burokėliai su užpilu (augalinis)	GSALN-55G	80 g.	1,22	4,04	8,06	67,37
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			13,77	20,95	87,26	559,77

Liepkalnio mokyklos
Direktorė
Helena Gasperskė

UAB „SOTEGA“
Direktorė

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

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trijų grūdų dribsnių košė su cinamonu (tausojantis) (A-1;7)	IKRUOPN-24I	200 g.	6,97	2,73	29,87	168,75
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45% (A-1;7)	IUŽKN-7	20/5/10 g.	4,51	7,36	12,73	132,13
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,51	14,19	42,64	338,03

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-30E	150 g.	3,25	2,03	12,65	74,12
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Orkaitėje kepta vištiena su dribsniais (tausojantis) (A-1;7)	AKMPNN-163C	60 g.	9,63	13,89	5,53	186,93
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13C	80 g.	1,65	0,08	15,08	66,74
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol.por) (augalinis)	GSALN-41A	70 g.	0,72	6,02	4,21	69,20
Vanduo su citrina	GERN-65	200 g.	0,10	0,06	1,29	4,34
Bananas (augalinis)	IVNT-7D	100 g.	1,20	0,30	23,10	97,00
			17,52	22,54	69,71	533,91

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-30E	150 g.	3,25	2,03	12,65	74,12
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Vištienos plovos virtas (tausojantis)	AKMPN-20I	35/135 g.	10,25	7,09	34,79	235,85
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol.por) (augalinis)	GSALN-41Š	90 g.	0,93	7,71	5,38	88,62
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Bananas (augalinis)	IVNT-7D	100 g.	1,20	0,30	23,10	97,00
			16,93	17,35	86,38	543,03

Pietūs III variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-30E	150 g.	3,25	2,03	12,65	74,12
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Daržovių troškinys (tausojantis) (augalinis)	ADRŽPN-85Ž	170 g.	2,31	8,70	16,08	141,78
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol.por) (augalinis)	GSALN-41Š	90 g.	0,93	7,71	5,38	88,62
Kefyras 2,5% (A-7)	GERN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
Bananas (augalinis)	IVNT-7D	100 g.	1,20	0,30	23,10	97,00
			13,34	22,71	73,67	526,96

Liepkalnio mokyklos
Direktorė
Helena Gasperskė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Jušienė

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

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sorų kruopų košė (tausojantis) (A-7)	IKRUOPN-18	200 g.	6,95	3,04	34,25	194,95
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15C	8 g.	0,04	6,56	0,06	59,44
Raugintų pasukų kokteilis su uogomis ir bananais	GERN-91A	200 g.	5,07	1,71	16,64	99,30
			12,06	11,31	50,95	353,69

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausoiantis) (A-1)	SRIN-66	150 g.	1,86	1,33	11,37	62,18
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Lešų troškiny su vištiena ir daržovėmis (tausojantis) (A-1)	AKMPN-227	172/28 g.	16,94	12,06	35,00	313,91
Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.) (augalinis)	GSAL-WWW-28	100 g.	1,54	5,28	11,00	89,54
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			21,71	19,13	78,62	553,21

Pietūs II var. (tausojoantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baitymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRIN-66	150 g.	1,86	1,33	11,37	62,18
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Garintas kiaulienos maltinis paskanintas kviečių sėlenomis (tausojantis) (A-1:3)	AKMPN-124R	70 g.	8,25	8,57	5,90	132,45
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-2	100 g.	6,00	4,47	33,00	192,71
Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.) (augalinis)	GSAL-WWW-28	100 g.	1,54	5,28	11,00	89,54
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			19,02	20,11	82,52	564,46

Pietūs III variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRIN-66	150 g.	1,86	1,33	11,37	62,18
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Žirnių, morkų ir bulvių troškiny (tausojantis)(augalinis)	ADRŽPN-131B	150 g.	12,61	11,26	40,14	289,05
Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej., česn., citr.) (augalinis)	GSAL-WWW-28F	80 g.	1,21	4,22	8,78	71,63
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			17,38	17,33	84,15	522,3

Liepkalnio mokykla
Direktorė
Helena Gasperskė

CIB-ATTEG
Director
Rita Juskiene

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

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis) (A-1;7)	IKRUOPN-15	200 g.	7,26	4,19	27,91	171,23
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu (A-1;3;7)	IUŽKN-15S	20/5/20 g.	4,37	7,00	12,86	128,83
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,66	15,29	40,81	337,21

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-3B	150 g.	1,06	1,17	8,42	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Kiaulienos kotletas (tausojantis) (A-1;3)	AKMPN-5B	50 g.	6,65	11,17	8,66	158,70
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGARN-3I	90 g.	2,94	3,23	22,56	124,37
Kopūstų, paprikų, morkų, žirnelių salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-111A	70 g.	1,24	5,60	5,82	72,80
Vanduo su citrina	GERN-65	200 g.	0,10	0,06	1,29	4,34
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			14,09	21,65	68,21	495,73

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-3B	150 g.	1,06	1,17	8,42	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Virtinukai su varške 9% (tausojantis) (A-1;3;7)	AMLTN-4K	140 g.	12,34	6,12	37,58	252,22
Natūralus jogurtas 2,5% (A-7)	IVNT-98C	20 g.	0,86	0,50	1,16	12,60
Kopūstų, paprikų, morkų, žirnelių salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-111N	80 g.	1,42	6,38	6,65	82,97
Vanduo su citrina	GERN-65	200 g.	0,10	0,06	1,29	4,34
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			17,88	14,65	76,56	487,65

Pietūs III variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-3B	150 g.	1,06	1,17	8,42	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94F	25 g.	1,62	0,27	13,08	59,31
Pupelių-daržovių troškinys (augalinis) (tausojantis)	ADRŽPN-159	200 g.	13,60	6,13	42,91	240,00
Kopūstų, paprikų, morkų, žirnelių salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-111	100 g.	1,79	8,01	8,33	103,99
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			18,87	15,78	83,74	491,38

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

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su virta dešra(aukšč.r.) pomidorų padaže (tausojoantis) (A-1;6;9;10;11)	AMLTN-31F	206/24 g.	10,17	11,48	47,69	335,92
Duona su sviestu 82% (A-1;7)	IUŽKN-6R	15/5 g.	1,07	4,27	8,23	73,71
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,24	15,75	55,92	409,63

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojoantis) (A-1)	SRIN-117A	150 g.	2,22	1,98	14,25	80,11
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94F	25 g.	1,62	0,27	13,08	59,31
Morkų apkepas su varške 9% (A-1;3;7) (tausojoantis)	AAPK-14G	140 g.	10,82	5,60	26,38	194,24
Natūralus jogurtas 2,5% (A-7)	IVNT-98C	20 g.	0,86	0,50	1,16	12,60
Pekino kopūstų, obuolių ir porų salotos (augalinis)	GSALN-199F	80 g.	0,87	6,85	4,91	78,72
Vanduo su apelsinu	GERN-87A	200 g.	0,11	0,03	1,54	6,02
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			16,9	15,63	74,32	484

Pietūs II var. (tausojoantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojoantis) (A-1)	SRIN-117A	150 g.	2,22	1,98	14,25	80,11
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Daržovių troškinys (bul,kopū,mork, svog) su kiaulienos mėsa (tausojoantis) (A-1)	AKMPN-61A	150/30 g.	8,33	8,18	17,98	170,59
Pekino kopūstų, obuolių ir porų salotos (augalinis)	GSALN-199D	90 g.	0,98	7,73	5,53	88,65
Kefyras 2,5% (A-7)	GERN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			17,58	22,26	67,22	517,79

Pietūs III variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojoantis) (A-1)	SRIN-117A	150 g.	2,22	1,98	14,25	80,11
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Grikių-daržovių kepinukai (augalinis)(tausojoantis)	IKRUOPN-72G	140 g.	2,94	2,34	18,44	101,32
Daržovių padažas (A-1)	PADN-24F	20 g.	0,31	1,54	2,61	24,26
Pekino kopūstų, obuolių ir porų salotos (augalinis)	GSALN-199F	80 g.	0,87	6,85	4,91	78,72
Kefyras 2,5% (A-7)	GERN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			13,03	17,19	74,9	486,58

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

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė (tausojantis) (A-1;7)	IKRUOPN-16	200 g.	6,60	2,84	28,45	166,14
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varškės sūriu 22% (A-1;7)	IUŽKN-9G	20/5/15 g.	4,64	7,96	13,14	140,03
Žolelių arbata be cukraus	GERN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,27	14,9	41,63	343,32

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-56	150 g.	1,32	2,43	6,20	48,73
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Bulvių plokštainis su kiaulienos mėsa (A-7)	ADRŽP-SMLPC-15E	130 g.	9,20	10,32	24,33	224,73
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PADN-7	20 g.	0,37	3,32	1,39	37,01
Kefyras 2,5% (A-7)	GERN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-90	130g	1,04	0,26	14,30	55,90
			17,58	20,30	62,68	491,81

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-56	150 g.	1,32	2,43	6,20	48,73
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Riebios žuvies ir lydekos kotletas (tausojantis) (A-1;3;4)	AŽUVPN-78	50 g.	6,73	8,16	6,87	120,10
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGARN-3C	80 g.	2,61	2,88	20,05	110,55
Morkų salotos su citrina ir aliejumi (augalinis)	GSALN-110A	70 g.	0,61	8,45	5,38	94,70
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			14,01	22,45	65,19	488,25

Pietūs III variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-56	150 g.	1,32	2,43	6,20	48,73
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Pupelių, daržovių, perlinių kruopų troškiny (augalinis) (tausojantis) (A-1)	ADRŽPN-162C	200 g.	10,31	6,94	44,95	254,43
Morkų salotos su citrina ir aliejumi (augalinis)	GSALN-110E	100 g.	0,88	12,06	7,69	135,29
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			14,61	21,85	80,3	528,89

Liepkalnio mokyklos
Direktorė
Helena Gasperskė

Puslapis 10
CAR 1507661
Direktorė

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

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė (tausojantis) (A-7)	IKRUOPN-13	200 g.	7,28	2,99	31,08	178,10
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varškės sūriu 22% (A-1;7)	IUŽKN-9G	20/5/15 g.	4,64	7,96	13,14	140,03
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,95	15,05	44,26	355,28

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška daržovių sriuba su žaliaisiais žirneliais (tausojantis) (A-7)	SRIN-25	150 g.	3,21	4,98	10,21	97,54
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Maltos vištienos kepsnys (A-1;3)	AKMPN-45G	50 g.	6,95	9,43	8,83	146,50
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGARN-4I	90 g.	3,09	3,08	21,30	119,51
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12A	70 g.	0,98	3,92	4,81	53,44
Vanduo su citrina	GERN-65	200 g.	0,10	0,06	1,29	4,34
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			15,7	22,03	67,29	509,91

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška daržovių sriuba su žaliaisiais žirneliais (tausojantis) (A-7)	SRIN-25	150 g.	3,21	4,98	10,21	97,54
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Virti makaronai su fermentiniu sūriu 45% (tausojantis) (A-1;7)	AMLTN-17	165/15 g.	9,49	7,12	39,19	263,56
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12Z	90 g.	1,29	5,05	6,26	69,01
Vanduo su citrina	GERN-65	200 g.	0,10	0,06	1,29	4,34
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			15,79	17,83	80,41	534,89

Pietūs III variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška daržovių sriuba su žaliaisiais žirneliais (tausojantis) (A-7)	SRIN-25	150 g.	3,21	4,98	10,21	97,54
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Kvietinių kruopų plovė su daržovėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	IKRUOPN-34K	140 g.	7,55	13,25	43,63	308,77
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-12A	70 g.	0,98	3,92	4,81	53,44
Vanduo su citrina	GERN-65	200 g.	0,10	0,06	1,29	4,34
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			13,54	22,83	83,4	564,53

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

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė (tausojantis) (A-1;7)	IKRUOPN-21	200 g.	7,93	2,24	35,05	184,41
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varške 9% (A-1;7)	IUŽKN-13E	20/5/15 g.	4,31	6,01	13,25	121,43
Žolelių arbata be cukraus	GERN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,27	12,35	48,34	342,99

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų sriuba su bulvėmis (tausojantis) (A-1;7)	SRIN-121	150 g.	0,85	3,20	7,47	58,01
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Orkaitėje kepti lydekų rageliai (tausojantis) (A-1;3;4)	AŽUVPN-31B	50 g.	7,74	10,89	10,44	168,38
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-2	100 g.	6,00	4,47	33,00	192,71
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-149	50 g.	0,63	3,05	5,29	47,82
Švž. pomidorai (augalinis)	GSALN-60A	30 g.	0,30	0,06	1,23	5,10
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Bananas (augalinis)	IVNT-7D	100 g.	1,20	0,30	23,10	97,00
			17,69	22,13	88,38	604,6

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų sriuba su bulvėmis (tausojantis) (A-1;7)	SRIN-121	150 g.	0,85	3,20	7,47	58,01
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Perlinių kruopų troškiny su kiauliena (tausojantis) (A-1)	IKRUOPN-38B	136/44 g.	10,00	13,74	22,00	242,89
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-149A	60 g.	0,75	3,65	6,42	57,70
Švž. pomidorai (augalinis)	GSALN-60A	30 g.	0,30	0,06	1,23	5,10
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Bananas (augalinis)	IVNT-7D	100 g.	1,20	0,30	23,10	97,00
			14,4	21,17	70,68	508,14

Pietūs III variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-3B	150 g.	1,06	1,17	8,42	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94G	35 g.	2,27	0,38	18,31	83,03
Grikių-daržovių kepinukai (augalinis) (tausojantis)	IKRUOPN-72D	150 g.	3,16	2,51	19,75	108,61
Daržovių padažas (A-1)	PADN-24F	20 g.	0,31	1,54	2,61	24,26
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-149Y	90 g.	1,14	5,48	9,62	86,36
Kefyras 2,5% (A-7)	GERN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
Bananas (augalinis)	IVNT-7D	100 g.	1,20	0,30	23,10	97,00
			13,49	15,13	87,81	522,34

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

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė (tausojantis) (A-1;7)	IKRUOPN-14	200 g.	5,99	2,11	30,56	169,41
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virta dešra (aukšč.r.) (A-1;6;7;9;10)	IUŽKN-1200	20/5/15 g.	3,51	7,74	10,96	124,44
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,53	13,95	41,56	331

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba su daržovės (augalinis) (tausojantis)	SRIN-126A	150 g.	3,32	2,18	11,82	79,63
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Varškės 9% skryliukai (tausojantis) (A-1;3;7)	AVRŠPN-14B	130 g.	15,16	7,13	33,93	258,77
Grietinės 30% ir sviesto 82% padažas (A-7)	PADN-12B	15/5 g.	0,39	8,60	0,51	81,25
Morkų ir agurkų rinkinukas	GSALN-234C	80 g.	0,74	0,16	5,25	19,45
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			20,98	18,53	72,76	526,68

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba su daržovės (augalinis) (tausojantis)	SRIN-126A	150 g.	3,32	2,18	11,82	79,63
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94E	15 g.	0,97	0,16	7,85	35,58
Garintas kiaulienos maltinis paskanintas kviečių sėlenomis (tausojantis) (A-1;3)	AKMPN-124R	70 g.	8,25	8,57	5,90	132,45
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-2L	90 g.	5,38	4,00	29,57	172,70
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol.por) (augalinis)	GSALN-41K	80 g.	0,84	6,87	4,86	79,31
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			19,16	22,08	73,4	551,67

Pietūs III variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba su daržovės (augalinis) (tausojantis)	SRIN-126A	150 g.	3,32	2,18	11,82	79,63
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Troškintos daržovės su pomidorų padažu (augalinis) (tausojantis) (A-1)	ADRŽPN-29B	200 g.	3,34	11,90	21,64	200,45
Morkų ir agurkų rinkinukas (augalinis)	GSALN-234B	100 g.	0,94	0,20	6,56	24,31
Kefyras 2,5% (A-7)	GERN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
Kriaušė (augalinis)	IVNT-30	100 g.	0,40	0,30	13,40	52,00
			14,29	18,66	75,11	505,56

Liepkalnio mokyklos
Direktorė
Helena Gasperska

1. 2016.07.14
2. 2016.07.14
3. 2016.07.14

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

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė (tausojantis) (A-1;7)	IKRUOPN-17A	250 g.	7,25	3,01	38,38	200,40
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45% (A-1;7)	IUŽKN-7N	20/5/15 g.	5,81	8,71	12,74	149,48
Zolelių arbata be cukraus	GERN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,09	15,82	51,16	387,03

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorienė su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	SRIN-28C	150 g.	0,96	1,83	9,77	56,76
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Virti makaronai su daržovėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	AMLTN-1R	160/40 g.	8,39	5,53	55,61	309,93
Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-106A	100 g.	1,14	12,05	6,71	133,31
Kefyras 2,5% (A-7)	GERN-49	200 g.	5,80	5,00	8,00	104,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			18,39	24,83	101,55	694,44

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorienė su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	SRIN-28C	150 g.	0,96	1,83	9,77	56,76
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Vištienos guliašas (tausojantis) (A-1)	AKMPN-51R	60/20 g.	11,89	10,23	2,19	147,01
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13A	130 g.	2,68	0,13	24,50	108,46
Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-106R	110 g.	1,25	13,26	7,38	146,64
Vanduo su citrina	GERN-65	200 g.	0,10	0,06	1,29	4,34
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9M	120 g.	0,96	0,24	13,20	51,60
			19,78	26,08	74,02	585,98

Pietūs III variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorienė su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	SRIN-28C	150 g.	0,96	1,83	9,77	56,76
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94G	35 g.	2,27	0,38	18,31	83,03
Garintas vištienos maltinis (tausojantis) (A-1;3)	AKMPN-25	70 g.	8,58	4,93	9,80	115,44
Virti makaronai (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGARN-12H	110 g.	3,96	3,40	27,79	160,80
Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSALN-106N	90 g.	1,02	10,84	6,03	119,98
Geriamas vanduo	GERN-85	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Apelsinai (augalinis)	IVNT-9A	100 g.	0,80	0,20	11,00	43,00
			17,59	21,58	82,7	579,01

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

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė su cinamonu (tausojantis) (A-1;7)	IKRUOPN-16I	200 g.	6,64	2,87	29,25	168,75
Sviestas 82% (A-7)	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu (A-1;3;7)	IUŽKN-15S	20/5/20 g.	4,37	7,00	12,86	128,83
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,04	13,97	42,15	334,73

Pietūs I variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-60A	150 g.	0,96	1,57	6,51	39,73
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94C	20 g.	1,30	0,22	10,46	47,44
Kepti / virti sūrinukai (A-1;7)	AVRŠPN-20C	120 g.	12,01	5,42	43,39	266,59
Grietinės 30% ir sviesto 82% padažas (A-7)	PADN-12B	15/5 g.	0,39	8,60	0,51	81,25
Vanduo su apelsinu	GERN-87A	200 g.	0,11	0,03	1,54	6,02
Tarkuotos morkos (augalinis)	GSALN-168C	80 g.	0,80	0,16	6,96	24,80
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			15,97	16,4	82,37	518,83

Pietūs II var. (tausojantis) val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-60A	150 g.	0,96	1,57	6,51	39,73
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94G	35 g.	2,27	0,38	18,31	83,03
Vištienos, daržovių ir bulvių troškiny su šparag. pupelėmis (tausojantis) (A-1)	AKMPN-34A	36/144 g.	9,30	18,93	19,98	280,30
Tarkuotos morkos (augalinis)	GSALN-168F	100 g.	1,00	0,20	8,70	31,00
Vanduo su apelsinu	GERN-87A	200 g.	0,11	0,03	1,54	6,02
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			14,04	21,51	68,04	493,08

Pietūs III variantas val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-60A	150 g.	0,96	1,57	6,51	39,73
Ruginė duona (pilno grūdo) (A-1)	IVNT-94	30 g.	1,94	0,33	15,69	71,17
Orkaitėje kepti lęšių kotletukai (augalinis) (tausojantis) (A-1)	IKRUOPN-87F	120 g.	12,10	1,27	37,60	211,86
Daržovių padažas (A-1)	PADN-24F	20 g.	0,31	1,54	2,61	24,26
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75A	70 g.	0,74	5,54	6,02	71,00
Kefyras 2,5% (A-7)	GERN-49A	150 g.	4,35	3,75	6,00	78,00
Obuoliai (augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			20,8	14,4	87,43	549,02