

Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo
8 priedas

Joniškio „Aušros“ gimnazija

S. Goesio g. 2, Joniškis, 84143

15 DARBO DIENŲ VALGIARAŠTIS

15 m. ir vyresni

Įstaigos darbo laikas

Nuo 7:00 iki 16:00 val.

2026 m.

Joniškio „Aušros“ gimnazija
MAITINIMO VALGIARAŠTIS 2025 - 2026 m. m.

1 savaitė
Pirmadienis

Maitinimo laikas: 10:35 - 11:00, 11:45 - 12:05

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (tausojantis)	Nr. 2SR	250/10	4,72	8,39	23,05	175,03
Viso grūdo duona	Nr. 1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			7,68	9,03	40,11	261,11
Kepta paukštienos file (tausojantis)	Nr. 30A	100	24,5	7,04	8,82	197,05
Bulvių košė su pienu (tausojantis)	Nr. 3GAR	150	3,51	5,73	24,71	162,8
Šviežūs agurkai	Nr. 36S	50	0,4	0,1	1,15	5,5
Šviežių kopūstų salotos su salotų padažu (tausojantis, augalinis)	Nr. 1S	50	0,8	4,74	3,42	54,35
Sviesto – grietinės padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			29,63	28,15	38,78	518,64
Daržovių troškiny su grikiomis (tausojantis, augalinis)	Nr. 5AA	100/100	8,87	21,87	61,81	409,49
Virtinukai su varške (tausojantis)	Nr. 80	200	23,78	11,45	47,85	382,46
Grietinė	Nr. 17P	30	0,72	9	0,94	87,9
Iš viso:			24,5	20,45	48,79	470,36
Maltas kiaulienos kepsnys (tausojantis)	Nr. 15A	100	21,67	14,99	10,93	262,96
Biri grikių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	Nr. 7GAR	100	6,14	5,52	33,56	204,66
Šviežių kopūstų salotos salotų padažu (tausojantis, augalinis)	Nr. 1S	50	0,82	4,74	3,37	54,23
Burokėlių salotos su žirneliais (tausojantis, augalinis)	Nr. 18S	50	1,36	2,59	6,56	48,08
Sviesto - grietinės padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			30,41	38,38	55,1	668,87
Kepti varškėčiai(tausojantis)	Nr. 83A	200	34,34	21,43	33,13	459,2
Saldus grietinės padažas	Nr. 8P	50	0,69	7,65	18,87	143,82
Iš viso:			35,03	29,08	52	603,02
Troškiny su mėsa ir ryžiais (tausojantis)	Nr. 3A	100/100	28,19	5,39	8,06	403,93
Kibinai	Nr. 1A	80	56,24	23,3	27,06	364,97

1 savaitė
Antradienis

Maitinimo laikas: 10:35 - 11:00, 11:45 - 12:05, 12:50 - 13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	Nr. 20SR	250/10	2,68	8,29	14,35	134,75
Viso grūdo duona	Nr. 1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,64	8,93	31,41	220,83
Maltas paukšties kėpsnys (tausojantis)	Nr. 34A	100	24,67	10,26	9,51	228,48
Virtos bulvės (tausojantis, augalinis)	Nr. 1G	150	3,21	0,2	28,71	127,8
Marinuotų burokėlių salotos su žirneliais (augalinis, tausojantis)	Nr. 18S	50	1,36	2,59	6,56	48,08
Morkų salotos su česnakų aliejaus padažu (augalinis(tausojantis)	Nr. 11S	50	0,53	4,77	4,48	57,92
Sviesto-grietinės padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			30,19	28,36	49,94	561,22
Pupelių daržovių troškiny (augalinis, tausojantis)	Nr. 14AA	200	14,13	6,11	42,95	259,07
Virtinukai su mėsa (tausojantis)	Nr. 81	200	22,2	6,56	44,2	316,39
Grietinė	Nr. 17P	30	0,72	9	0,94	87,9
Iš viso:			22,92	15,56	45,14	404,29
Virtų bulvių blynai su kiaulienos įdaru	Nr. 53A	200	16,85	14,98	50,89	401,44
Grietinė	Nr. 17P	30	0,72	9	0,94	87,9
Iš viso:			22,92	15,56	45,14	404,29
Kepta paukšt. file(tausojantis)	Nr. 30A	100	24,5	7,04	8,82	197,05
Šviežūs agurkai	Nr. 36S	50	0,4	0,1	1,15	5,5
Šviežūs kopūstai (aliejaus padažu)	Nr. 1S	50	0,8	4,94	3,3	56,03
Biri ryžių kruopų košė (augalinis ,tausojantis)	Nr. 5GAR	100	2,72	4,7	28,96	163,76
Sviesto-grietinės padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			28,84	27,32	42,91	521,28
Kibinai	Nr. 1A	80	56,24	23,3	27,06	364,97

1 savaitė
Trečiadienis

Maitinimo laikas: 10:35 - 11:00, 11:45 - 12:05, 12:50 - 13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis, tausojantis)	Nr. 12Sr	250/10	3,05	8,34	19,52	160,05
Viso grūdo duona	Nr. 1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			6,01	8,98	36,58	246,13
Bulvių plokštainis su paukštienos filė (tausojantis)	Nr. 45A	200	21,86	16,74	37,15	381,02
Grietinė	Nr. 17P	30	0,72	9	0,94	87,9
Iš viso:			22,58	25,74	38,09	468,92
Mėsos – grikių troškinys(tausojantis)	Nr. 5A	100/100	33,32	25,52	30,33	476,38
Varškės spygliukai(tausojantis)	Nr. 89A	200	24,01	13,38	40,64	380,25
Grietinė	Nr. 17P	30	0,72	9	0,94	87,9
Iš viso:			24,73	22,38	41,58	468,15
Kepta paukšt. File (tausojantis)	Nr. 30A	100	24,5	7,04	8,82	197,05
Grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	Nr. 7GAR	100	6,13	5,51	33,55	204,65
Šviežūs agurkai	Nr. 36S	50	0,4	0,1	1,15	5,5
Šviežių kopūstų salotos salotų padažu (tausojantis, augalinis)	Nr. 1S	50	0,81	4,74	3,37	54,23
Sviesto-grietinės padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			32,26	27,93	47,57	560,37
Kibinai	Nr. 1A	80	56,24	23,3	27,06	364,97
Daržovių troškinys su lęšiais ir žiediniais kopūstais (tausojantis, augalinis)	Nr. 13AA	100/100	15,52	21,27	42,53	397,97

1 savaitė
Ketvirtadienis

Maitinimo laikas: 10:35 - 11:00, 11:45 - 12:05, 12:50 - 13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ankštinių darž. (žirnių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	Nr. 17SR	240/10	6,23	8,44	24,29	187,25
Viso grūdo duona	Nr. 1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			9,19	9,08	41,35	273,33
Pūkučiai	Nr. 38A	100	21,11	12,86	13,56	251,23
Bulvių košė su pienu (tausojantis, augalinis)	Nr. 3GAR	150	3,51	5,73	24,71	162,8
Morkų salotos su česnaku, majonezu	Nr. 11S	50	0,58	1,71	4,54	31,8
Daržovių salotos su paprika, salotų pad. (tausojantis, augalinis)	Nr. 5S	50	0,77	4,75	3,1	53,45
Sviesto-grietinės padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			26,39	35,59	46,59	598,22
Kepti varškėčiai (tausojantis)	Nr. 83A	200	34,34	21,43	33,13	459,2
Grietinė	Nr. 17P	30	0,72	9	0,94	87,9
Iš viso:			35,06	30,43	34,07	547,1
Kiaulienos kepinukai (tausojantis)	Nr. 10A	100	19,07	16,73	11,75	272,73
Grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	Nr. 7 G	100	6,13	5,51	33,55	204,65
Burokėlių salotos su žirneliais (tausojantis, augalinis)	Nr. 18S	50	1,36	2,59	6,56	48,08
Daržovių salotos su paprika salotų padažu (tausojantis, augalinis)	Nr. 5S	50	0,77	4,75	3,1	53,45
Sviesto – griet. padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			27,75	40,12	55,64	677,85
Kepta paukšt. File (tausojantis)	Nr. 30A	100	24,5	7,04	8,82	197,05
Grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	Nr. 7GAR	100	6,13	5,51	33,55	204,65
Šviežūs agurkai	Nr. 36S	50	0,4	0,1	1,15	5,5
Šviežių kopūstų salotos salotų padažu (tausojantis, augalinis)	Nr. 1S	50	0,81	4,74	3,37	54,23
Sviesto-grietinės padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			32,26	27,93	47,57	560,37
Daržovių troškiny su brokoliais ir grikiomis(tausojantis, augalinis)	Nr. 5AA	100/100	8,99	21,9	62,11	411,74
Kibinai	Nr. 1A	80	56,24	23,3	27,06	364,97
Virtinukai su mėsa(tausojantis)	Nr. 81A	200	22,5	6,56	44,2	316,39
Grietinė	Nr. 17P	30	0,72	9	0,94	87,9
Iš viso:			23,22	15,56	45,14	404,29

1 savaitė
Penktadienis

Maitinimo laikas: 10:35 - 11:00, 11:45 - 12:05, 12:50 - 13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Špinatų sriuba su bulvėmis(tausojantis)	Nr. 11SR	250	4,08	9,49	16,45	162,17
Viso grūdo duona	Nr. 1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			7,04	10,13	33,51	248,25
Malta žuvis kepsnys (tausojantis)	Nr. 42A	100	20,53	11,88	10,93	232,06
Bulvių košė su pienu (tausojantis, augalinis)	Nr. 3GAR	150	3,51	5,73	24,71	162,8
Žalių žirnelių salotos su majonezu	Nr. 49S	50	2,06	1,72	6,86	42,95
Šviežių kopūstų salotos su salotų padažu (tausojantis, augalinis)	Nr. 1S	50	0,82	4,74	3,37	54,23
Grietinės padažas su pomid. padažu	Nr. 3P	30	0,81	5,25	3,2	62,99
Iš viso:			27,73	29,32	49,07	555,03
Kepta lašiša	Nr. 37A	100	26,11	22	1,68	307,47
Bulvių košė su pienu (tausojantis)	Nr. 4GAR	150	3,45	0,7	25,55	120,9
Pomidorų salotos su grietine	Nr. 40S	50	0,69	3,09	2,45	37,99
Morkos su žaliais žirneliais (troškintos) (tausojantis, augalinis)	Nr. 13S	50	1,53	4,23	6,34	61,57
Iš viso:			31,78	30,02	36,02	527,93
Lietiniai su varške	Nr. 74A	200/100	36,3	24,27	73,44	652,76
Saldus grietinės padažas	Nr. 8P	50	0,69	7,65	18,87	143,82
Iš viso:			36,99	31,92	92,31	796,58
Cukinijų, moliūgų, morkų avinž. Troškinys (tausojantis, augalinis)	Nr. 2AA	200	8,45	7,89	43,24	285,4
Kepta paukštienos file (tausojantis)	Nr. 30A	100	24,5	7,04	8,82	197,05
Bulvių košė su pienu (tausojantis)	Nr. 3	150	3,51	5,73	24,71	162,8
Šviežūs agurkai	Nr. 36S	50	0,4	0,1	1,15	5,5
Šviežių kopūstų salotos (salotų padažu)	Nr. 1S	50	0,8	4,74	3,42	54,35
Sviesto-grietinės padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			29,63	28,15	38,78	518,64
Kibinai	Nr. 1A	80	56,24	23,3	27,06	364,97

2 savaitė
Pirmadienis

Maitinimo laikas: 10:35 - 11:00, 11:45 - 12:05, 12:50 - 13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	Nr. 1SR	250/10	2,6	8,24	18,1	150,12
Viso grūdo duona	Nr. 1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,56	8,88	35,16	236,2
Kepta paukštienos file (tausojantis)	Nr. 30A	100	24,5	7,04	8,82	197,05
Virtų bulvių tyrė su pienu	Nr. 3GAR	150	3,51	5,73	24,71	162,8
Šviežūs agurkai (tausojantis, augalinis)	Nr. 36S	50	1,36	0,1	1,15	5,5
Marinuotų burokėlių salotos su žirneliais aliejaus pad. (tausojantis augalinis)	Nr. 18S	50	1,36	2,59	6,56	48,08
Sviesto-grietinės padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,5	0,68	98,94
Iš viso:			31,15	25,96	41,92	512,37
Biri grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	Nr. 7GAR	100	0,4	5,51	33,55	204,65
Kepti varškėčiai	Nr. 83A	200	34,34	21,43	33,13	459,2
Saldus grietinės padažas	Nr. 8P	50	0,69	7,65	18,87	143,82
Iš viso:			35,03	29,08	52	603,02
Kiaulienos kepsniukai su įdaru (tausojantis)	Nr. 13A	110	27,12	19,02	2,23	286,04
Sviesto – grietinės padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis, augalinis)	Nr. 8GAR	150	8,68	7,86	33,5	249,5
Marinuotų burokėlių salotos su žirneliais aliejaus padažu	Nr. 18S	50	1,36	2,59	6,56	48,08
Šv. agurkai (tausojantis, augalinis)	Nr. 36S	50	0,4	0,1	1,15	5,5
Iš viso:			37,98	40,11	44,12	688,06
Mėsos – grikių troškinys (tausojantis)	Nr. 5A	200	33,32	25,52	30,33	476,38
Pupelių daržovių troškinys (tausojantis, augalinis)	Nr. 14AA	200	14,13	6,11	42,95	259,07
Virtinukai su varške (tausojantis)	Nr. 80A	202	23,78	11,45	47,85	382,46
Grietinė	Nr. 17P	30	0,72	9	0,94	87,9
Iš viso:			24,5	20,45	48,79	470,36

2 savaitė
Antradienis

Maitinimo laikas: 10:35 - 11:00, 11:45 - 12:05, 12:50 - 13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ryžių sriuba su pomidorais (augalinis, tausojantis)	Nr. 23SR	250/10	2,01	8,45	15,86	140,7
Penkių grūdų duona	Nr. 1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,97	9,09	32,92	226,78
Tarkuotų bulvių cepelinai su mėsa (kiaul. kump.)	Nr. 47A	300	20,6	8,9	69,16	433,78
Grietinė	Nr. 17P	50	1,2	15	1,55	146,5
Iš viso:			21,8	23,9	70,71	580,28
Tarkuotų bulvių cepelinai su varške	Nr. 48A	300	20,4	8,76	71,15	442,42
Grietinė	Nr. 17P	50	1,2	15	1,55	146,5
Iš viso:			21,6	23,76	72,7	588,92
Varškės apkepas (tausojantis)	Nr. 85A	200	30,1	20,73	32,92	441,75
Grietinė	Nr. 17P	30	0,72	9	0,94	87,9
Iš viso:			30,82	29,73	33,86	529,65
Kepta paukšt. file (tausojantis)	Nr. 30A	100	24,5	7,04	8,82	197,05
Virtų bulvių košė (tausojantis)	Nr. 3GAR	150	3,51	5,73	24,71	162,8
Šviežūs agurkai	Nr. 36S	50	0,4	0,1	1,15	5,5
Šviežių kopūstų salotos su salotų padažu (augalinis)	Nr. 1S	50	0,82	4,74	3,37	54,23
Sviesto-grietinės padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			29,65	28,15	38,73	518,52
Daržovių troškiny su lęšiais ir brokoliais (tausojantis, augalinis)	Nr. 13A	100/100	15,52	20,93	42,53	397,97

2 savaitė
Trečiadienis

Maitinimo laikas: 10:35 - 11:00, 11:45 - 12:05, 12:50 - 13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pertrinta moliūgų sriuba (tausojantis)	Nr. 22SR	250	1,63	9,52	9,27	124,07
Penkių grūdų duona	Nr. 1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			4,59	10,16	26,33	210,15
Apkepti natūralūs kotletai su sūriu (tausojantis)	Nr. 23A	100	27,68	20,29	3,02	302,05
Virtų bulvių košė (tausojantis)	Nr. 3GAR	150	3,51	5,73	24,71	162,8
Mar. bur. salotos su žirneliais (tausojantis)	Nr. 18S	50	1,36	2,59	6,56	48,08
Morkų salotos su česnakų	Nr. 11S	50	0,53	4,77	4,48	57,92
Iš viso:			33,08	33,38	38,77	570,85
Virtinukai su mėsa (tausojantis)	Nr. 81A	200	22,2	6,56	44,2	316,39
Grietinė	Nr. 17P	30	0,72	9	0,94	87,9
Iš viso:			22,92	15,56	45,14	404,29
Troškiny su mėsa ir ryžiais (tausojantis)	Nr. 3A	100/100	28,19	5,39	8,06	403,93
Paukštienos kukuliai (tausojantis)	Nr. 35A	100	25,42	6,11	4,06	168,97
Morkų salotos su česnakų, aliejaus padažu (tausojantis, augalinis)	Nr. 11	50	0,53	4,77	4,48	57,92
Kopūstų salotos su agurkais, pomidorais, porais (tausojantis, augalinis)	Nr. 2S	50	0,73	2,6	2,46	32,51
Virtų bulvių košė (tausojantis)	Nr. 3GAR	150	3,51	5,73	24,71	162,8
Sviesto-griet. padažas (sviestas, grietinė)	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			30,61	29,75	36,39	521,14
Kepta paukšt. File (tausojantis)	Nr. 30A	100	24,5	7,04	8,82	197,05
Grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	Nr. 7GAR	100	6,13	5,51	33,55	204,65
Šviežūs agurkai	Nr. 36S	50	0,4	0,1	1,15	5,5
Šviežių kopūstų salotos salotų padažu (tausojantis, augalinis)	Nr. 1S	50	0,81	4,74	3,37	54,23
Sviesto-grietinės padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			32,26	27,93	47,57	560,37
Grikių – daržovių kepinukai (tausojantis, augalinis)	Nr. 4AA	200	7,64	4,4	49,9	259,15
Kibinai	Nr. 1A	80	11,73	23,3	27,06	362,97

2 savaitė
Ketvirtadienis

Maitinimo laikas: 10:35 - 11:00, 11:45 - 12:05, 12:50 - 13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulv. (tausojantis)	Nr. 17SR	250/10	6,31	8,5	24,67	185,25
Penkių grūdų duona	Nr. 1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			9,27	9,14	41,73	271,33
Kiaulienos maltinukai su sūrio ir kiaušinio įdaru (tausojantis)	Nr. 18	120	28,86	17,05	11,17	312,15
Biri grikiu kruopų košė (tausojantis, augalinis)	Nr. 7G	100	6,14	5,52	33,56	204,66
Morkų-porų-obuolių salotos (tausojantis, augalinis)	Nr. 14S	50	0,45	4,82	4,88	60,39
Šviežūs kopūstai (tausojantis, augalinis)	Nr. 1S	50	0,8	4,94	3,3	56,03
Sviesto-grietinės padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			36,67	42,87	53,59	732,17
Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis)	Nr. 1A	100/60	22,35	16,96	7,57	268,27
Virtų bulvių košė su pienu (tausojantis)	Nr. 3GAR	150	3,51	5,73	24,71	162,8
Marinuoti agurkai	Nr. 38S	50	0,15	0,1	1,15	5,5
Marinuotų burokėlių salotos su žirneliais (tausojantis, augalinis)	Nr. 18S	50	1,36	2,59	6,56	48,08
Iš viso:			27,37	25,38	39,99	484,65
Virtinukai su varške (tausojantis)	Nr. 80A	200	23,78	11,45	47,85	382,46
Grietinė	Nr. 17P	30	0,72	9	0,94	87,9
Iš viso:			24,5	20,45	48,79	470,36
Balandėliai su mėsa	Nr. 63A	200	19,33	23,95	20,19	360,31
Virtų bulvių košė su pienu (tausojantis)	Nr. 3GAR	150	3,51	5,73	24,71	162,8
Grietinės pomidorų padažas	Nr. 3	40	1,08	7	4,26	63,98
Marinuoti agurkai	Nr. 38S	50	0,15	0,1	1,15	5,5
Marinuotų burokėlių salotos su žirneliais (tausojantis, augalinis)	Nr. 18S	50	1,36	2,59	6,56	48,08
Iš viso:			25,43	39,37	56,87	640,67
Pilno grūdo makaronai su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	Nr. 12AA	200	9,31	11,63	34,81	271,92
Kepta paukšt. file (tausojantis)	Nr. 30A	100	24,5	7,04	8,82	197,05
Šviežūs agurkai	Nr. 36S	50	0,4	0,1	1,15	5,5
Šviežūs kopūstai (aliejaus padažu)	Nr. 1S	50	0,8	4,94	3,3	56,03
Biri ryžių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	Nr. 5GAR	100	2,72	4,7	28,96	163,76
Sviesto-grietinės padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			28,84	27,32	42,91	521,28

2 savaitė
Penktadienis

Maitinimo laikas: 10:35 - 11:00, 11:45 - 12:05, 12:50 - 13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avinžirniai su perlinėm kruopom(tausojantis)	Nr. 16SR	250	6,17	9,35	22,72	192,62
Penkių grūdų duona	Nr. 1Š	40	1,48	0,32	8,53	43,04
Iš viso:			7,65	9,67	31,25	235,66
Lietiniai su varške	Nr. 74A	200/100	36,3	24,27	73,44	652,76
Grietinė	Nr. 17P	30	0,72	9	0,94	87,9
Iš viso:			37,02	33,27	74,38	740,66
Kepta lašiša (tausojantis)	Nr.37A	100	26,11	22	1,68	307,47
Virti lęšiai (tausojantis augalinis)	Nr. 14GAR	100	12,78	0,58	28,14	157,78
Morkų-obuolių-porų salotos su aliejaus pad. (tausojantis)	Nr. 14S	50	0,45	4,82	4,88	60,39
Marinuotų burokėlių salotos su žirneliais (tausojantis, augalinis)	Nr. 18S	50	1,36	2,59	6,56	48,08
Iš viso:			40,7	29,99	41,26	573,72
Daržovių troškiny (tausojantis, augalinis)	Nr. 11AA	200	4,29	20,59	21,67	270,59
Maltas žuvies kepsnys (tausojantis)	Nr. 42	100	17,43	10,35	17,65	232,44
Virtų bulvių košė su pienu	Nr. 4GAR	150	3,51	5,73	24,71	162,8
Morkų salotos su česnakais (tausojantis)	Nr. 11S	50	0,53	4,77	4,48	57,92
Marinuotų bur. salotos su žirneliais (tausojantis)	Nr. 18S	50	1,36	2,59	6,56	48,08
Grietinės padažas su pom. padažu	Nr. 3P	30	0,81	5,25	3,2	62,99
Iš viso:			23,64	28,69	56,6	564,23
Mėsos-daržovių troškiny	Nr2A	100/100	30,04	19,59	10,34	330,49

3 savaitė
Pirmadienis

Maitinimo laikas: 10:35 - 11:00, 11:45 - 12:05, 12:50 - 13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Daržovių sriuba (tausojantis)	Nr. 13SR	250/10	2,75	8,26	16,36	143,75
Viso grūdo duona	Nr. 1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,71	8,9	33,42	229,83
Kiaulienos suktinukai su sūriu (tausojantis)	Nr. 14A	100	25,63	39,08	4,29	469,85
Virtos bulvės (tausojantis, augalinis)	Nr. 1GAR	150	3,21	0,2	28,71	127,8
Marinuotų burokėlių salotos su žirneliais (tausojantis, augalinis)	Nr. 17S	50	1,36	2,59	6,56	40,08
Morkų salotos su česnakų, aliejaus padažu (tausojantis)	Nr. 11S	50	0,53	4,77	4,48	57,92
Sviesto –grietinės padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			31,15	57,18	44,72	794,59
Paukšties kepinukai (tausojantis)	Nr. 32A	100	22,21	11,77	11,98	241,26
Biri grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	Nr. 7GAR	150	0,15	8,27	50,33	306,98
Marinuotų burokėlių salotos su žirneliais (tausojantis, augalinis)	Nr. 17S	50	1,36	2,59	6,56	40,08
Šviežių kopūstų salotos su salotų padažu (tausojantis, augalinis)	Nr. 1S	50	0,81	4,74	3,37	54,23
Sviesto-grietinės padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			24,95	37,91	72,92	741,49
Varškės apkepas	Nr. 85A	200	30,1	20,73	32,92	441,75
Saldus grietinės padažas	Nr. 8P	30	0,69	7,65	18,87	143,82
Iš viso:			30,79	28,38	51,79	585,57
Kepta paukšt. File (tausojantis)	Nr. 30A	100	24,5	7,04	8,82	197,05
Grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	Nr. 7GAR	100	6,13	5,51	33,55	204,65
Šviežūs agurkai	Nr. 36S	50	0,4	0,1	1,15	5,5
Šviežių kopūstų salotos su salotų padažu (tausojantis, augalinis)	Nr. 1S	50	0,81	4,74	3,37	54,23
Sviesto-grietinės padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			32,26	27,93	47,57	560,37
Daržovių troškiny su lęšiais (tausojantis, augalinis)	Nr. 13AA	200	15,52	20,93	42,53	397,97
Kepti varškėčiai (tausojantis)	Nr. 83A	200	34,34	21,43	33,13	459,2
Grietinė	Nr. 17P	30	0,72	9	0,94	87,9
Iš viso:			35,06	30,43	34,07	547,1
Kibinai	Nr. 1A	80	56,24	23,3	27,06	364,97

3 savaitė
Antradienis

Maitinimo laikas: 10:35 - 11:00, 11:45 - 12:05, 12:50 - 13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pertrinta daržovių sriuba (tausojantis, augalinis)	Nr. 14SR	250	4,04	9,59	21,51	174,67
Viso grūdo duona	Nr. 1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			7	10,23	38,57	260,75
Kepta paukštienos file (tausojantis)	Nr. 30A	100	24,5	7,04	8,82	197,05
Virtų bulvių košė su pienu (tausojantis, augalinis)	Nr. 3GAR	150	3,51	5,73	24,71	162,8
Šviežūs agurkai (tausojantis, augalinis)	Nr. 36S	50	0,4	0,1	1,15	5,5
Morkų salotos su česnakų aliejaus padažu (tausojantis, augalinis)	Nr. 11S	50	0,53	4,77	4,48	57,92
Sviesto-griet. padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			29,36	28,18	39,84	522,21
Mėsos daržovių, ryžių maltinis (tausojantis)	Nr. 62	150	30	17,86	9,45	315,03
Biri grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	Nr. 7GAR	150	0,15	8,27	50,33	306,98
Šviežūs agurkai	Nr. 36S	50	0,4	0,1	1,15	5,5
Marinuoti burokėliai su žirneliais (tausojantis, augalinis)	Nr. 18S	50	1,36	2,59	6,56	48,08
Grietinės padažas su pomidorų padažu	Nr. 3P	30	0,81	5,25	3,2	62,99
Iš viso:			32,72	34,07	70,69	738,58
Pupelių-daržovių troškinys(tausojantis augalinis)	Nr. AA14	200	14,13	6,11	42,95	259,07
Kepti varškėčiai	Nr. 83A	200	34,34	21,43	33,13	459,2
Saldus -grietinės padažas	Nr. 8P	30	0,69	7,65	18,87	143,82
Iš viso:			35,03	29,08	52	603,02
Virtų bulvių cepelinai su mėsa(tausojantis)	Nr. 50A	200	16,56	10,79	48,73	332,67
Grietinė	Nr. 17P	30	0,72	9	0,94	87,9
Iš viso:			17,28	19,79	49,67	420,57
Virtų bulvių cepelinai su varške(tausojantis)	Nr. 51A	200	12,48	6,6	44,75	282,98
Grietinė	Nr. 17P	30	0,72	9	0,94	87,9
Iš viso:			13,2	15,6	45,69	370,88
Apkepti makaronai su mėsa	Nr. 67A	200	36,69	26,01	25,04	487,72
Natūralus pomidorų padažas	-	30	1,17	0,15	7,11	33
Iš viso:			37,86	26,16	32,15	520,72

3 savaitė
Trečiadienis

Maitinimo laikas: 10:35 - 11:00, 11:45 - 12:05, 12:50 - 13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Lęšių-perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis)	Nr. 16SR	250/10	7,05	8,57	24,32	191,02
Viso grūdo duona	Nr. 1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			10,01	9,21	41,38	277,1
Virtinukai su mėsa (tausojantis)	Nr. 81A	200	22,2	6,56	44,2	316,39
Grietinė	Nr. 17P	30	0,72	9	0,94	87,9
Iš viso:			22,92	15,56	45,14	404,29
Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	Nr. 89A	100	26,88	18,21	8,55	305,67
Biri grikių kruopų košė(tausojantis ,augalinis)	Nr. 7GAR	100	6,14	5,52	33,56	204,66
Marinuoti agurkai	Nr. 38S	50	0,15	0,1	1,15	5,5
Šviežių kopūstų salotos su salotų padažu (tausojantis, augalinis)	Nr. 1S	50	0,82	4,74	3,37	54,23
Sviesto-grietinės padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			34,41	39,11	47,31	669
Virtinukai su varške (tausojantis)	Nr. 80A	200	23,78	11,45	47,85	382,46
Grietinė	Nr. 17P	30	0,72	9	0,94	87,9
Iš viso:			24,5	20,45	48,79	470,36
Kepta paukštienos file (tausojantis)	Nr. 30A	100	24,5	7,04	8,82	197,05
Virtos bulvės(tausojantis, augalinis)	Nr. 1GAR	150	3,21	0,2	28,71	127,8
Šv. agurkai	Nr. 36S	50	0,4	0,1	1,15	5,5
Šviežių kop. sal. su salotų padažu (tausojantis, augalinis)	Nr. 1S	50	0,8	4,74	3,42	54,35
Sviesto-grietinės padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			29,33	22,62	42,78	483,64
Daržovių troškiny su grikiais (tausojantis, augalinis)	Nr. 5AA	100/100	8,87	21,87	61,81	409,49

3 savaitė
Ketvirtadienis

Maitinimo laikas: 10:35 - 11:00, 11:45 - 12:05, 12:50 - 13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių sriuba su bulvėmis(tausojantis)	Nr. 1SR	250/10	2,6	8,24	18,1	150,12
Viso grūdo duona	Nr. 1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			5,56	8,88	35,16	236,2
Kepti paukštienos gabaliukai (tausojantis)	Nr. 33A	100/30/30	32,29	8,52	13,79	254,05
Daržovių salotos su paprika (tausojantis, augalinis)	Nr. 5S	50	0,75	4,95	3,03	55,26
Morkų – obuolių porų salotos	Nr. 14S	50	0,45	4,82	4,88	60,39
Virtų bulvių košė su pienu (tausojantis, augalinis)	Nr. 3GAR	150	3,51	5,73	24,71	162,8
Iš viso:			37	24,02	46,41	532,5
Grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	Nr. 7GAR	100	6,13	5,51	33,55	204,65
Kiaulienos suktinukai su paukštienos įdaru (tausojantis)	Nr. 12A	100	26,63	17,74	9,77	304,28
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis, augalinis)	Nr. 8GAR	100	5,79	5,24	22,33	166,33
Mar. burokėlių salotos marinuotais agurkais ir žirneliais (tausojantis, augalinis)	Nr. 20S	50	1,27	4,74	4,58	61,09
Morkų – obuolių – porų salotos aliejaus padažu (tausojantis, augalinis)	Nr. 14S	50	0,45	4,82	4,88	60,39
Sviesto-grietinės padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			34,56	43,08	42,24	691,03
Virtinukai su varške (tausojantis)	Nr. 83A	200	34,34	21,43	33,13	459,2
Grietinė	Nr. 17P	30	0,72	9	0,94	87,9
Iš viso:			35,06	30,43	34,07	547,1
Grikių daržovių kepinukai (tausojantis, augalinis)	Nr. 4AA	200	7,64	4,4	49,9	259,15
Kepta paukštienos file (tausojantis)	Nr. 30A	100	24,5	7,04	8,82	197,05
Virtų bulvių košė su pienu (tausojantis, augalinis)	Nr. 3GAR	150	3,51	5,73	24,71	162,8
Šviežūs agurkai	Nr. 36S	50	0,4	0,1	1,15	5,5
Šviežių kopūstų salotos (tausojantis, augalinis)	Nr. 1S	50	0,82	4,74	3,37	54,23
Sviesto grietinės padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			29,65	28,15	38,73	518,52
Virtų bulvių blynai su mėsos įdaru	Nr. 53A	200	16,85	14,98	50,89	401,44
Grietinė	Nr. 17P	30	0,72	9	0,94	87,9
Iš viso:			17,57	23,98	51,83	489,34

3 savaitė
Penktadienis

Maitinimo laikas: 10:35 - 11:00, 11:45 - 12:05, 12:50 - 13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Špinatų sriuba su bulvėmis (tausojantis augalinis)	Nr. 11SR	250	4,08	9,49	16,45	162,17
Viso grūdo duona	Nr. 1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			7,04	10,13	33,51	248,25
Virtinukai su varške (tausojantis)	Nr. 80A	200	23,78	11,45	47,85	382,46
Grietinė	Nr. 17P	30	0,72	9	0,94	87,9
Iš viso:			24,5	20,45	48,79	470,36
Žuvies kepsnys (tausojantis)	Nr. 38A	100	19,35	7,99	5,4	173,69
Virtų bulvių košė su pienu (tausojantis, augalinis)	Nr. 3GAR	150	3,51	5,73	24,71	162,8
Pomidorai	Nr. 37	50	0,5	0,1	2,05	8,5
Salotos su agurkais, porais aliejaus padažu (tausojantis augalinis)	Nr. 54S	50	0,69	4,91	2,01	52,31
Grietinės padažas su pomidorų padažu	Nr. 3P	30	0,81	5,25	3,2	62,99
Iš viso:			24,86	23,98	37,37	460,29
Maltas žuvies kepsnys (tausojantis)	Nr. 42A	100	20,53	11,88	10,93	232,061
Virtų bulvių košė su pienu (tausojantis, augalinis)	Nr. 3GAR	150	3,51	5,73	24,71	162,8
Žalių žirnelių salotos(majonezas)	Nr. 49S	50	1,76	3,34	6,56	56,42
Morkų salotos su česnakų aliejaus padažu (tausojantis augalinis)	Nr. 11S	50	0,53	4,77	4,48	57,92
Grietinės padažas su pomidorų padažu	Nr. 3P	30	0,81	5,25	3,2	62,99
Iš viso:			27,14	30,97	49,88	572,191
Kepta lašišos file	Nr. 37A	100	26,11	22	1,68	307,47
Virtų bulvių košė su pienu	Nr. 3GAR	150	3,51	5,73	24,71	162,8
Daržovių troškiny su žiediniais kopūstais	Nr. 7AA	100	2,14	10,29	16,25	135,3
Sviesto – grietininis padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			32,18	48,56	43,32	704,51
Lietiniai su varške	Nr. 74A	200/100	36,3	24,27	73,44	652,76
Grietinė	Nr. 17P	30	0,72	9	0,94	87,9
Iš viso:			37,02	33,27	74,38	740,66
Pilno grūdo makaronai su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	Nr. 12AA	100/100	9,31	11,693	34,81	271,92
Troškiny su mėsa ir avinžirniais (tausojantis)	Nr. 4A	100/100	36,1	21,19	23,41	423,94
Kepta paukšt. File (tausojantis)	Nr. 30A	100	24,5	7,04	8,82	197,05
Grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	Nr. 7GAR	100	6,13	5,51	33,55	204,65
Šviežūs agurkai	Nr. 36S	50	0,4	0,1	1,15	5,5
Šviežių kopūstų salotos salotų padažu (tausojantis, augalinis)	Nr. 1S	50	0,81	4,74	3,37	54,23
Sviesto-grietinės padažas	Nr. 5P	20	0,42	10,54	0,68	98,94
Iš viso:			32,26	27,93	47,57	560,37

Valgiaraštį sudarė vyr. virėja Regina Mateikienė