Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo
8 priedas

Kauno Dailės gimnazija

Dainavos g. 1, Kaunas

(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 MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-vyresnių metų amžiaus vaikams

Parengė:
Dietistė
Ksenija Balkovskaja-Stecko

Sveikos mitybos partneris

Regiono vadovas
Rita Jusienė

Įstaigos darbo laikas
Nuo 6:30 iki 18:30 val.

Sveikos mitybos partneris

11-vyr. metų amžiaus vaikams	I savaitė		Pirmadienis				DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3,19 EUR
Pietūs 11.30val.							
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo mitybinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai,		
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis)	1-3/24AT 1	150	2,64	2,13	13,33	83,16	
Grietinė (30%)	18/101 2	10	0,24	3,00	0,32	29,20	
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04	
I- Plikytų ryžių plovas su vištiena (tausojantis)(80/120)	10-5/111T4	200	25,48	11,57	29,54	324,26	
II-Plikytų ryžių plovas su daržovėmis (šparaginės pupelės, morkos, paprika) (tausojantis)(augalinis)	4-5/3AT	230	5,71	10,65	54,48	325,69	
III- Kepti orkaitėje vištienos kukuliai su sezamo sėklomis (tausojantis)	10-7/143T 4	100	24,55	10,27	5,9	214,31	
IV-Varškės apkepas (9%) (tausojantis)	7-8/169T 4	160	20,00	13,70	33,30	336,52	
Virti grikiai (augalinis)(tausojantis)	3-3/53 AT	100	6,14	1,36	33,65	172,60	
Pekino kopūstų, morkų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/7A 3	110	1,12	5,79	5,85	80,04	
Sezoninės daržovės (rauginti/šviežį agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)	18/25 3	60	0,24	0,24	7,80	34,32	
Grietinė 30% rieb.	18/200 4	30	0,57	9,00	0,93	87,60	
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,80	
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	30/1 1	200	0,00	0,00	1,00	4,00	
Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)	18/20 6	120	0,48	0,00	7,32	30,00	
Iš viso: I variantas			31,68	23,05	73,72	628,02	
Iš viso: II variantas			11,91	22,13	98,66	629,45	
Iš viso: III variantas			36,89	23,11	83,73	690,67	
Iš viso: IV variantas			25,68	28,27	67,67	627,32	

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Rita Jeskevič

11-yyc. metų amžiaus vaikams	I savaitė	Antradienis

Pietūs 11.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/28AT 2	150	1.10	4.65	6.53	72.35
Grietinė (30%)	18/101 2	10	0.24	3.00	0.32	29.20
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
I- Troškintos kiaulienos juostelės su morkomis ir salierais (tausojantis)	11-8/162T 3	130	13.56	18.16	6.54	292.17
II- Pupelių, saliero ir morkų troškinys (augalinis) (tausojantis)	5-5/109AT3	180	10.54	2.72	32.89	198.33
III-Orkaitėje keptas jautienos ir kiaulienos maltinukas su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	12-8/3T	110	21.41	8.54	8.59	197.01
IV-Orkaitėje kepti lietiniai su varškes ir špinatų įdaru (tausojantis)(100/100)	7-8/163T2	200	22.58	10.25	23.31	356.75
Grietinė 30% rieb.	18/200 4	30	0.57	9.00	0.93	87.60
Virtos bulvės su krapais (augalinis) (tausojantis)	4-3/58AT2	120	2.40	0.12	22.04	99.00
Virtų burokėlių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)	2-3/59A 3	110	1.73	5.58	10.43	99.04
Sezoninės daržovės (rauginti/šviežių agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)	18/25 3	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Stalo vanduo paskanintas agurkais	30/1 1	200	0.00	0.00	0.20	2.00
Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)	18/20 6	120	0.48	0.00	7.00	30.00
Iš viso: I variantas			21.23	32.07	69.42	701.12
Iš viso: II variantas			18.21	16.63	95.77	607.28
Iš viso: III variantas			29.08	22.45	71.47	605.96
Iš viso: IV variantas			26.45	27.22	46.85	620.94

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3,49 EUR

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Rita Jaskienė

Sveikos mitybos partneris

11-vyr. metų amžiaus vaikams	I savaitė		Trečiadienis			
Pietūs 11.30val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/25 AT 2	150	1.26	2.61	10.05	68.70
Grietinė (30%)	18/101 2	10	0.24	3.00	0.32	29.20
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
I- Orkaitėje kepta vištienos šlaunelių mėsa su prieskoninių žolelėlių ir česnakų marinatu (tausojantis)	10-5/-165T2	120	32.06	18.92	0.56	240.82
II- Orkaitėje keptas avinžirnių maltinukas su daržovėmis (augalinis)(tausojantis)	5-8/160T1	110	8.20	6.42	23.84	190.27
III-Troškinta kalakutienos šlaunelių mėsa su tirštu brokolių padažu (tausojantis)(100/40)	10-8/155T 1	140	27.09	6.17	2.87	175.32
IV-Kepti orkaitėje varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis)	7-8/160T 3	130	25.85	17.34	23.57	353.81
Virti plikyti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	4-5/104AT1	100	2.50	0.65	30.82	135.32
Morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)	2-1/38A 2	110	1.10	3.50	9.64	74.60
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)	18/25 3	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Grietinė 30% rieb.	18/200 4	30	0.57	9.00	0.93	87.60
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0.27	0.12	2.91	13.80
Stalo vanduo paskanintas uogomis	30/1 1	200	0.20	0.00	1.20	6.00
Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)	18/20 6	120	0.84	0.00	13.32	51.60
Iš viso: I variantas			39.92	29.24	82.27	683.60
Iš viso: II variantas			16.06	16.74	105.55	633.05
Iš viso: II variantas			34.95	16.49	84.58	618.10
Iš viso: IV variantas			30.71	32.39	60.86	653.75

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3.19 EUR

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Lita Jus Lucie

11-vyr. metų amžiaus vaikams	I savaitė	Ketvirtadienis

Pietūs 11.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Beiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT	150	4.60	2.37	19.10	116.14
Grietinė (30%)	18/101 2	10	0.24	3.00	0.32	29.20
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
I-Jautienos- kiaulienos kukulis su rausvuoju padažu (90/20)	12-8/3T 4	110	16.73	11.44	9.59	224.70
II- Lazanija su daržovėmis (tausojantis)	4-8/203 2	230	11.46	11.98	27.56	265.48
III-Kiaulienos mėsos guliašas su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	11-5/111T	120	19.86	13.05	6.70	223.85
IV-Varškės (9 %) apkepas su razinomis (tausojantis)	7-8/168T 3	160	21.36	14.09	36.96	360.13
Viso grūdo makaronai su ypač tyru aliejumi (tausojantis)	6-3/61AT 1	90	4.15	1.78	22.10	121.11
Cukinijų, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	2-1/16A 4	110	1.13	5.14	7.88	79.23
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)	18/25 3	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Grietinė 30% rieb.	18/200 4	30	0.57	9.00	0.93	87.60
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0.27	0.12	2.91	13.80
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	30/1 1	200	0.00	0.00	1.00	4.00
Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)	18/20 6	120	1.08	0.12	14.04	56.40
Iš viso: I variantas			29.65	24.41	90.39	708.14
Iš viso: II variantas			20.23	23.17	86.26	627.81
Iš viso: III variantas			32.78	26.02	87.50	707.29
Iš viso: IV variantas			29.60	29.02	83.82	710.31

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3.19 EUR

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Lita Juškienė

Sveikos mitybos partneris

11-vyr. metų amžiaus vaikams	I savaitė			Penktadienis			DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3.19 EUR
Pietūs 11.30val.							
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g		
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/39AT2	150	1.41	3.14	10.51	76.06	
Grietinė (30%)	18/101 2	10	0.24	3.00	0.32	29.20	
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04	
I- Keptas su garais (menkė, lydeka) žuvies garinukas su provanso žolelėmis (tausojantis)	9-7/-141T4	110	17.06	0.75	5.53	159.06	
II- Orkaitėje kepta įdaryta cukinija su daržovėmis ir bulgur kruopomis (augalinis)(tausojantis)	4-8/198AT	300	9.50	6.23	43.73	272.60	
III-Žuvies (jūros lydeka) ir cukinijos paplotėlis (tausojantis)	9-8/164T	130	18.23	6.32	8.45	163.77	
IV-Virti varškėčiai su viso grūdo miltais (tausojantis)	7-3/60T	150	19.57	8.1	39.52	324.78	
Virtos bulgur kruopos (augalinis)(tausojantis)	3-3/68AT	100	2.68	3.12	21.66	129.83	
Šviežių kopūstų, cukinijų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/22A3	110	1.39	5.10	5.94	75.37	
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)	18/25 3	60	0.24	0.24	7.80	34.32	
Grietinė 30% rieb.	18/200 4	30	0.57	9.00	0.93	87.60	
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0.27	0.12	2.91	13.80	
Stalo vanduo paskanintas mėtomis	30/1 1	200	0.40	0.00	1.40	8.00	
Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)	18/20 6	120	0.36	0.48	18.12	70.80	
Iš viso: I variantas			25.26	16.15	79.84	625.68	
Iš viso: II variantas			15.02	18.51	96.38	609.39	
Iš viso: III variantas			26.43	21.72	82.76	630.39	
Iš viso: IV variantas			24.30	24.16	82.27	653.28	

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Žita Juškienė

11-vyr. metų amžiaus vaikams	II savaitė	Pirmadienis

Pietūs 11.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kreminė daržovių sriuba (tausojantis)	1-3/001AT	150	1,04	8,46	5,95	106,98
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I-Grietinėlėje (10%) troškinta vištienos šlaunelių mėsa su morkomis (tausojantis)(102/28)	10-5/100T 3	130	20,97	11,71	3,92	259,66
II-Raudonųjų lęšių troškinys su daržovėmis (augalis)(tausojantis)	5-5/104AT1	130	12,75	5,87	33,11	236,42
III-Orkaitėje keptas kalakutienos šlaunelių mėsos maltinukas (tausojantis)	10-8/170T 1	110	23,3	6,25	8,29	182,64
IV-Varškės (9%) apkepas su braškėmis (tausojantis)	7-8/170T	160	21,56	22,01	24,12	382,21
Virti ryžiai su ciberžole (augalinis)(tausojantis)	3-3/64AT	80	1,84	1,48	18,64	96,44
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A4	110	1,33	10,7	5,68	124,32
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)	18/25 3	60	0,24	0,24	7,80	34,32
Grietinė 30% rieb.	18/200 4	30	0,57	9,00	0,93	87,60
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	30/1 1	200	0,00	0,00	1,00	4,00
Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)	18/20 6	120	0,48	0,00	7,32	30,00
Iš viso: I variantas			27,38	32,81	38,87	698,76
Iš viso: II variantas			19,16	27,07	88,06	675,52
Iš viso: III variantas			29,71	27,45	63,24	621,74
Iš viso: IV variantas			25,13	39,79	47,88	653,85

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3,19 EUR

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Lėta Jušlienė

1-1,5 vyr. metų amžiaus vaikams	II savaitė	Antradienis	DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3,19 EUR

Pietūs 11.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis augalinis) (tausojantis)	1-3/34AT 1	150	4.33	1.86	18.6	108.43
Grietinė (30%)	18/101 2	10	0,24	3,00	0,32	29,20
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I-Kiaulienos maltinukas su sezamo sėklomis (tausojantis)	11-5/102T 3	100	23.73	11.08	8.27	226.65
II-Kepti orkaitėje avinžirnių paplotėliai su daržovėmis (paprika, morkos, cukinija) (augalinis) (tausojantis)	5-8/160AT3	110	9,65	6.08	25.66	196,17
III-Kiaulienos ir morkų troškinys su porais (tausojantis)	11-5/102T 6	140	24,82	14.36	6.59	254,92
IV-Kepti orkaitėje varškėčiai (varškė 9%) su aguonomis (tausojantis)	7-8/160 T3	130	22,12	15.12	24,66	323,93
Bulvių košė (tausojantis)	4-3/8T	100	2,18	3.72	15,98	107,34
Morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)	2-1/38A 2	110	1.10	3.50	9,64	74,60
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)	18/25 3	60	0,24	0,24	7,80	34,32
Grietinė 30% rieb.	18/200 4	30	0,57	9,00	0,93	87,60
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,80
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	30/1 1	200	0,00	0,00	1,00	4,00
Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)	18/20 6	120	0,48	0,00	11,88	48,00
Iš viso: I variantas			33,78	23,72	82,05	675,58
Iš viso: II variantas			19,70	18,72	99,44	645,10
Iš viso: III variantas			34,87	27,00	80,37	703,85
Iš viso: II variantas			29,49	29,42	68,86	658,00

Parengė dietistė Ksenija Balkovskaja-Stecko

Rita Ješkienė

11-vyr. metų amžiaus vaikams	II savaitė	Trečiadienis

Pietūs 11.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba augalinis) (tausojantis)	1-3/40AT1	150	1.28	3.20	10.61	76.41
Grietinė (30%)	18/101 2	10	0.24	3.00	0.32	29.20
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
I-Troškintas vištienos šlaunelių mėsos suktinukas su daržovėmis (tausojantis)	10-7/148T	120	22.80	3.94	7.69	157.52
II-Įdaryta paprika su daržovėmis (tausojantis)(augalinis)	4-8/201 2	170	13.37	9.46	18.91	188.41
III-Grietinėlėje (10%) troškinta vištienos mėsa su šparaginėmis pupelėmis ir morkomis (tausojantis)	10-8/163 T	120	17.04	10.40	6.61	187.46
IV-Mieliniai blynai	6-8/165	120	9.09	16.29	48.37	376.54
Virti grikiai (augalinis) (tausojantis)	3-3/53AT	90	5.53	1.23	30.29	155.34
Pekino kopūstų salotos su paprikomis, agurkais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/35A	110	1.30	5.81	4.80	77.13
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)	18/25 3	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Braškių ir bananų tyrė (augalinis)	15-1/9A	50	0.56	0.22	10.08	44.78
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	30/1 1	200	0.00	0.00	1.00	4.00
Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)	18/20 6	120	1.20	0.48	28.08	110.40
II viso I variantas			34.07	18.22	99.15	687.36
II viso II variantas			24.64	23.74	110.37	718.25
II viso III variantas			28.31	24.68	98.07	717.30
II viso IV variantas			13.85	23.51	107.02	684.37

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3.19 EUR

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Reta Juškienė

11-yr. metų amžiaus vaikams	II savaitė	Ketvirtadienis	DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3.19 EUR

Pietūs 11.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/28AT 2	150	1,1	4,65	6,53	72,35
Grietinė (30%)	18/101 2	10	0,24	3,00	0,32	29,20
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I -Kiaulienos mėsos ir daržovių rizoto (tausojantis)	11-5/163T	200	29,5	16,05	28,92	378,57
II-Daržovių (žali žirneliai, morkos, cukinija, žiediniai kopūstai) rizoto (augalinis)(tausojantis)	4-5/102AT3	250	10,39	12,52	39,79	309,6
III-Troškintas kiaulienos ir jautienos maltinukas su avižų sėlenomis (tausojantis)	11-5/109T	110	23,22	12,83	5,70	256,25
IV-Kepta orkaitėje lazanija su varškės (9%) ir špinatų įdaru (tausojantis)	12-8/6T	200	18,4	15,51	27,03	321,51
Viso grūdo makaronai su ypač tyru aliejumi (tausojantis)	6-3/61AT 1	100	4,61	1,97	24,55	134,56
Šviežių agurkų lazdelės su krapais (augalinis)	2-3/65A	110	0,84	4,51	2,45	53,85
Sezoninės daržovės (rauginti/šviežį agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)	18/25 3	60	0,24	0,24	7,80	34,32
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	30/1 1	200	0,00	0,00	1,00	4,00
Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)	18/20 7	120	1,08	0,12	14,40	56,40
Iš viso I variantas			34,48	28,89	69,98	671,73
Iš viso II variantas			15,17	28,30	80,85	602,76
Iš viso III variantas			32,81	27,64	71,31	683,97
Iš viso IV variantas			23,38	28,35	68,09	614,67

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Lita Jankuvienė

11-vyr. metų amžiaus vaikams	II savaitė	Penktadienis

Pietūs 11.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių (žali žirneliai, bulvės, morkos) ir viso grūdo makaronų sriuba (augalinis)	1-3/38AT 1	150	3,02	4,92	15,97	120,34
Grietinė (30%)	18/101 2	10	0,24	3,00	0,32	29,20
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I -Keptas orkaitėje lydekos ir lašišos maltinukas (tausojantis)	9-8/163T3	100	20,27	10,27	5,27	202,91
II- Keptas orkaitėje grikių ir daržovių (morkos, paprika, salierai) maltinukas (augalinis) (tausojantis)	3-8/160AT 3	110	3,55	4,07	22,00	144,57
III-Orkaitėje kepta žuvies (lydekos) užkepėlė su daržovėmis (bulvės, porai, pomidorai) (tausojantis)	9-8/167T 1	250	20,32	5,6	22,22	244,52
IV-Bulvių plokštainis su grietine (30%) (200/30)	4-8/170 5	230	9,56	15,75	41,05	353,18
Bulvių ir morkų košė (tausojantis)	4-3/62T	100	1,73	1,77	12,36	72,32
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis)	2-1/20A 3	110	3,81	7,98	14,47	120,43
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 3	60	0,24	0,24	7,80	34,32
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)	18/25 7	100	0,40	0,40	13,00	57,20
Stalo vanduo paskanintas uogomis	30/1 1	200	0,20	0,00	1,20	6,00
Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)	18/20 7	120	0,48	0,00	7,32	30,00
Iš viso I varianto			31,47	28,50	73,27	658,56
Iš viso II varianto			14,75	22,30	90,00	600,22
Iš viso III varianto			29,79	22,06	77,86	627,85
Iš viso IV varianto			14,98	24,39	87,42	638,96

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3,19 EUR

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Reta Juškienė

11-vyr. metų amžiaus vaikams	III savaitė	Pirmadienis

Pietūs 11.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis augalinis) (tausojantis)	1-3/34AT 1	150	4,33	1,86	18,6	108,43
Grietinė (30%)	18/101 2	10	0,24	3,00	0,32	29,20
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I-Keptas orkaitėje kalakutienos maltinukas su morkomis (tausojantis)	10-7/145T3	110	20,70	6,93	13,94	201,01
II -Keptas orkaitėje lęšių maltinukas (augalinis) (tausojantis)	5-8/162T 3	110	7,33	6,14	18,48	159,43
III-Vištienos šlaunelių mėsos troškinys su konservuotais kukurūzais, morkomis ir paprikomis (tausojantis)(70/60)	10-5/102T 3	130	19,62	6,48	11,49	182,71
IV-Kepti orkaiteje varškėčiai (varškė 9%) su morkomis (tausojantis)	7-7/62T	140	19,07	11,70	28,48	295,63
Grietinė 30% rieb.	18/200 4	30	0,57	9,00	0,93	87,60
Virti grikiai (augalinis) (tausojantis)	3-3/53AT	90	5,54	1,28	30,3	155,35
Kopūstų, pomidorų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/8A 3	110	1,21	5,68	4,32	73,24
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)	18/25 3	60	0,24	0,24	7,80	34,32
Stalo vanduo paskanintas mėtomis	30/1 1	200	0,40	0,00	1,40	8,00
Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)	18/20 6	120	0,84	0,00	13,32	51,60
Iš viso I varianto			34,98	19,31	98,56	704,19
Iš viso II varianto			21,61	18,52	103,10	662,61
Iš viso III varianto			33,90	18,86	96,11	685,89
Iš viso IV varianto			26,98	25,98	71,61	623,50

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3,19 EUR

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Lita Juškienė

11-vyr. metų amžiaus vaikams	III savaitė	Antradienis

Pietūs 11.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų, bulvių ir morkų sriuba su žaliais žirneliais (augalinis) (tausojantis)	1-3/83AT2	150	1.56	3.19	6.64	62.24
Grietinė (30%)	18/101 2	10	0.24	3.00	0.32	29.20
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1.48	0.32	8.56	43.04
I- Kiaulienos troškinys su morkų griežinėliais (tausojantis)	11-5/102T5	130	23.04	13.33	6.12	236.7
II-Troškintos daržovės (tausojantis) (augalinis)	4-5/101AT 4	180	5.52	9.42	15.62	173.5
III-Švediški kiaulienos kukuliai (tausojantis)	11-8/1T	100	18.10	13.03	9.11	226.43
IV-Viso grūdo makaronai su daržovių padažu ir fermentiniu sūriu 45% (tausojantis)(152/55/13)	6-5/101T	220	12.18	13.48	48.62	364.69
Virtos bulgur kruopos (augalinis)(tausojantis)	3-3/68AT	100	2.68	3.12	21.66	129.83
Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/18A 3	110	1.01	3.50	4.00	51.66
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)	18/25 3	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Stalo vanduo paskanintas apelsinais	30/1 1	200	0,00	0,00	1,00	4,00
Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)	18/20 6	120	1.20	0.48	28.08	110.40
Viso I variantas			31.45	27.18	84.18	701.39
Viso II variantas			13.93	23.27	93.68	638.19
Viso III variantas			26.51	26.88	87.17	691.12
Viso IV variantas			17.91	24.21	105.02	699.55

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3.19EUR

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Rita Juškienė

11-vyr. metų amžiaus vaikams	III savaitė			Trečiadienis			
Pietūs 11.30val.							
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal	
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g		
Špinatų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/94AT 2	150	1,29	1,52	7,88	50,35	DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3,19 EUR
Grietinė (30%)	18/101 2	10	0,24	3,00	0,32	29,20	
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04	
I-Orkaitėje keptas vištienos kepsnelis su traškia kukurūzų dribsnių plutele (tausojantis)	10-8/181T2	120	29,44	3,60	11,07	195,28	
II-Orkaitėje keptos daržovės (burokėliai, morkos, cukinija) su saulėgrąžomis (augalinis) (tausojantis)	4-8/-175AT4	180	4,26	7,43	16,88	151,53	
III-Vištienos mėsos guliašas su morkomis pomidorų tyrėje (tausojantis)	10-5/105T 2	160	18,72	4,65	9,9	156,38	
IV-Orkaitėje apkepti lietiniai blynai su obuolių ir cinamono įdaru (tausojantis)(112/88)	6-6/104 5	200	11,15	15,49	38,1	332,81	
Grietinė 30% rieb.	18/200 4	30	0,57	9,00	0,93	87,60	
Trintos uogos (avietės arba braškės arba juodieji serbentai)	18/19 3	30	0,27	0,12	2,91	13,80	
Virti plikyti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	4-5/104AT2	100	2,50	0,65	27,40	135,32	
Morkų ir salierų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/21A	110	1,27	6,24	11,03	103,85	
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)	18/25 3	60	0,24	0,24	7,80	34,32	
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	30/1 1	200	0,00	0,00	1,00	4,00	
Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)	18/20 6	120	0,36	0,48	18,12	70,80	
Iš viso I variantas			36,82	16,05	93,18	666,16	
Iš viso II variantas			11,64	19,88	98,99	622,41	
Iš viso III variantas			26,10	17,10	92,01	627,26	
Iš viso IV variantas			15,36	29,93	77,87	631,60	

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

Lita Juškienė

1-3 vyr. metų amžiaus vaikams	III savaitė	Ketvirtadienis	DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3,15 EUR

Pietūs 11.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/25 AT 2	150	1,26	2,61	10,05	68,70
Grietinė (30%)	18/101 2	10	0,24	3,00	0,32	29,20
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
I-Varškės apkepas su uogomis (tausojantis) (135/25)	7-8/170T	160	21,55	22,01	24,08	382,20
Grietinė 30% rieb.	18/200 4	30	0,57	9,00	0,93	87,60
II- Avinžirnių karis (augalinis)(tausojantis)	5-5/108AT3	140	8,99	4,31	22,78	159,04
III-Orkaitėje kepti kiaulienos maltinukai su daržovių (morkos, cukinijos, porai) ir sūrio (45%) įdaru (tausojantis)	11-7/144T 8	110	17,19	9,61	6,38	180,87
IV-Troškinta kiauliena su daržovėmis (brokoliai, paprika) (tausojantis)	11-8/169T	120	19,62	13,02	9,44	225,02
Viso grūdo makaronai su ypač tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis)	6-3/61AT	100	4,61	1,97	24,55	134,56
Virtų burokėlių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis)	2-3/59A 3	110	1,73	5,58	10,43	99,04
Stalo vanduo paskanintas uogomis	30/1 1	200	0,20	0,00	1,20	6,00
Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)	18/20 6	120	1,2	0,48	28,08	110,4
II viso I variantas			26,50	37,42	73,22	727,14
II viso II variantas			19,71	18,27	105,97	649,98
II viso III variantas			27,91	23,57	89,57	671,81
II viso II variantas			30,34	26,98	92,63	715,96

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko

11-vyr. metų amžiaus vaikams	III savaitė	Penktadienis

Pietūs 11.30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tinta moliūgų sriuba (augalinis)(tausojantis)	1-3/42AT	150	1.46	2.32	11.25	71.57
Grietinėlė (35%)	18/102	10	0.22	3.60	0.28	34.30
Viso grūdo batono skrebučiai	18/18 2	15	1.65	2.29	10.17	68.77
I- Orkaitėje keptas kapotas jūros lydekos maltinukas (tausojantis)	9-7/146T3	100	22.25	5.46	6.88	168.05
II- Orkaitėje kepta daržovių ir pupelių užkepėlė (augalinis) (tausojantis)	5-8/166T	280	9.40	10.97	24.41	283.24
III-Kepta su garais liesa (menkė, lydeka) žuvis su provanso žolelėmis (tausojantis)	9-7/144T 4	130	21.86	0.43	0.02	101.03
IV-Orkaitėje keptos paprikos su ryžių-daržovių įdaru ir fermentiniu sūriu (45%) (tausojantis)	4-8/182T	150	7.47	8.14	18.00	177.41
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės su apelsinų sultimis (augalinis) (tausojantis)	4-8/163AT3	120	2.67	6.26	24.93	166.83
Pekino kopūstų salotos su paprikomis, agurkais ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/35A	110	1.30	5.62	4.80	77.13
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai/pomidorai/paprikos/cukinijos/ morkos)	18/25 3	60	0.24	0.24	7.80	34.32
Stalo vanduo paskanintas mėtomis	30/1 1	200	0.40	0.00	1.40	8.00
Sezoniniai vaisiai (obuoliai/kriaušės/apelsinai/bananai)	18/20 6	120	0.48	0.00	11.88	48.00
Iš viso I variantas			30.67	25.79	79.39	676.97
Iš viso II variantas			15.16	25.04	71.99	625.33
Iš viso III variantas			30.28	20.76	72.53	609.95
Iš viso IV variantas			15.89	28.47	90.51	686.33

DIENOS PIETŲ KOMPLEKTO KAINA SU PVM 3.19 EUR

Parengė dietistė

Ksenija Balkovskaja-Stecko