

Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo
8 priedas

MOLĖTŲ PRADINĖ MOKYKLA

Graužinių g. 1, Molėtai, Molėtų r. sav. 33125

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

PATVIRTINTA

Molėtų pradinės mokyklos direktoriaus

2026 m. rugpjūtį mėn. 21 d.

Įsakymu Nr. V-83

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

6-10 m.
(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 8.00 iki 17.00 val.

**1 SAVAITĖ
PIRMADIENIS**

Pietūs 10.25 – 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	1Sr	150g.	1,41	3,14	10,67	72,49
Grietinė 30%	-	10g.	0,25	3,0	0,3	29,2
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20g.	1,48	0,32	8,53	43,04
Varškės apkepas (tausojantis)	85A	150g.	22,58	15,55	24,70	331,31
Trinti konservuoti persikai	20P	40g.	0,31	0,39	6,28	26,56
Paprikų, morkų ir agurkų lėkštelė	2-1/13AGPPcVVg 1N	100g.	1,10	0,35	4,90	27,15
Vanduo	-	200ml.	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoninis vaisius (augalinis)	-	100g.	0,40	0,40	13,00	57,20
Iš viso:			27,53	23,15	68,38	586,95

Prailgintos grupės maitinimas 13.00-13.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Viso grūdo blynai su maskarponės sūriu	6-6/136V10S	100g.	9,65	17,37	27,80	306,18
Trintos uogos, vaisiai su jogurtu	10D	80/20g.	1,44	0,42	15,73	67,75
Arbatžolių arbata be cukraus	17-1/2	200g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoninis vaisius		100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Iš viso:	-	-	11,85	18,09	57,47	429,93

**1 SAVAITĖ
ANTRADIENIS**

Pietūs 10.25 – 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	7 Sr	150g.	1,43	3,18	8,66	64,28
Grietinė 30%		10g.	0,25	3,0	0,3	29,2
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20g.	1,48	0,32	8,53	43,04
Kiaulienos kukuliai su rausvučiu padažu (tausojantis)	11-7/139T 1N	100/20g.	18,2	12,1	9,8	220,7
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais(augalinis, tausojantis)	4-5/105AT	75g.	4,16	2,51	23,21	132,06
Paprikų, morkų ir agurkų lėkštelė	2-1/13AGPPcVVg 1N	100g.	1,10	0,35	4,90	27,15
Vanduo	-	200ml.	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoninis vaisius (augalinis)	-	100g.	0,40	0,40	13,00	57,20
Iš viso:			27,02	21,86	68,40	573,63

Prailgintos grupės maitinimas 13.00-13.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	Angliavandeniai, g.	
Lietiniai su varške (tausojantis)	74A	100/50g.	18,15	12,14	36,72	326,38
Trintos uogos, vaisiai su jogurtu	10D	80/20g.	1,44	0,42	15,73	67,75
Arbatžolių arbata be cukraus	17-1/2	200g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoninis vaisius (augalinis)	-	100g.	0,40	0,40	13,00	57,20
Iš viso:			19,99	12,96	65,45	451,33

*Direktorė
Regina Pumputienė*

**1 SAVAITĖ
TREČIADIENIS**

Pietūs 10.25 – 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Skaldytų žirnių sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	1-3/37ATGPVVg 1N	150g.	4,1	1,6	14,6	89,5
Grietinė 30%	-	20g.	0,5	6,0	0,6	58,40
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20g.	1,48	0,32	8,53	43,04
Viso grūdo makaronai su kalakutiena (tausojantis)	6-5/100TP 10N	200g.	16,02	6,26	35,54	262,6
Paprikų, morkų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg 1N	100g.	1,1	0,4	4,9	27,2
Vanduo	-	200ml.	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoninis vaisius (augalinis)		100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Iš viso:	-	-	23,96	14,88	78,11	536,74

Prailgintos grupės maitinimas 13.00-13.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Viso grūdo avižinė košė su sviestu (tausojantis)	3-3/5TVPC 10N	200g.	5,56	7,6	27,04	198,8
Sūris „Džiugas“ laužytas	-	40g.	13,2	10,4	0,0	146,00
Arbatžolių arbata be cukraus		200g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoninis vaisius (augalinis)		100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Iš viso:	-	-	19,52	18,30	40,98	400,80


Direktoriė
Regina Pumputienė

1 SAVAITĖ
KETVIRTADIENIS

Pietūs 10.25 – 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	1Sr	150g.	1,41	3,14	10,67	72,49
Grietinė 30%	-	20g.	0,5	6,0	0,6	58,40
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20g.	1,48	0,32	8,53	43,04
Kepti su garais vištienos kukuliai su sezamo sėklomis (tausojantis)	10-7/143T	100g.	24,34	11,89	5,31	225,59
Orkaitėje kepti burokėliai	4-8/1ATGPVVg 10N	400g.	1,14	2,33	6,21	50,41
Kukurūzų kruopų košė (augalinis)	3-3/53T	60g.	1,51	0,70	13,66	67,00
Paprikų, morkų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2- 1/13AGPPcVVg 1N	100g.	1,1	0,4	4,9	53,37
Vanduo	-	200ml.	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoninis vaisius (augalinis)		100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Iš viso:	-	-	31,48	24,78	49,88	570,30

Prailgintos grupės maitinimas 13.00-13.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Virti varškės kukuliai	1A	150g.	24,07	24,05	34,12	340,61
Sviesto - grietinės padažas	5P	20g.	0,42	10,54	0,68	98,94
Arbatžolių arbata be cukraus	17-1/2	200g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoninis vaisius (augalinis)	-	100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Iš viso:	-	-	25,25	34,89	48,74	495,55

Direktorė
Regina Pumputienė

**1 SAVAITĖ
PENKTADIENIS**

Pietūs 10.25 – 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Raugintų kopūstų sriuba	Sr8	150g.	0,86	3,11	4,10	45,75
Grietinė 30%	-	10g.	0,25	3,0	0,30	29,20
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20g.	1,48	0,32	8,53	43,04
Orkaitėje kepta traški žuvis (tausojantis)	9-8/205TGP 1N	100g.	17,46	3,01	18,13	169,46
Traškos bulvytės (tausojantis)	4-8/166ATGPVVg1N	70g.	1,59	3,98	14,54	100,33
Paprikų, morkų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2-1/13AGPPcVVg1N	100g.	1,1	0,4	4,9	27,2
Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)	2-3/62A	50g.	0,75	1,30	5,25	35,55
Vanduo	-	200ml.	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoninis vaisius (augalinis)	-	100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Iš viso:	-	-	24,25	15,42	69,69	506,53

Prailgintos grupės maitinimas 13.00-13.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Kepti varškėčiai	83A	150g.	25,76	16,07	24,85	344,40
Trintos uogos su jogurtu	13D	80/20g.	1,32	0,47	8,98	40,20
Traškos morkytės		100g.	1,10	0,35	4,90	27,15
Sezoninis vaisius	-	100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Vanduo		200ml	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:	-	-	28,94	17,19	52,67	467,75


Direktorė
Regina Pumputienė

**2 SAVAITĖ
PIRMADIENIS**

Pietūs 10.25 – 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Agurkų sriuba (augalinis, tausojantis)	12S	150g.	1,68	3,20	11,52	78,45
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	-	10g.	0,5	0,3	0,5	5,9
Viso grūdo ruginė duona		20g.	1,48	0,32	8,53	43,04
Orkaitėje keptas kalakutienos kukulis (tausojantis)	35A	100g.	21,22	8,91	4,06	176,97
Virti makaronai (tausojantis)	6-5/103TVVgP 1N	70g.	4,1	2,8	25,4	143,0
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	1/3AGPPcVVg1N	100g.	1,1	0,4	4,9	27,2
Sezoninis vaisius (augalinis)	-	100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Vanduo	-	200ml	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:	-	-	30,84	16,23	68,85	530,56

Prailgintos grupės maitinimas 13.00-13.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Tiršta manų kruopų košė su uogiene	95AA	200g.	7,97	7,07	37,85	251,60
Džemas	-	5g.	0,02	0,01	3,3	13,30
Sezoninis vaisius	-	100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Morkytės traškios	-	100g.	0,9	0,2	9,6	41,00
Arbatžolių arbata be cukraus	17-1/2	200g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:	-	-	9,65	7,58	64,69	361,90

*Direktore
Regina Pumputienė*

2 SAVAITĖ
ANTRADIENIS

Pietūs 10.25 – 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Kokosinė moliūgų sriuba (augalinis, tausojantis)	1 3/38ATGPVVg TGV 1N	150g.	1,6	8,5	7,9	114,8
Viso grūdo batono skrebučiai	18/18 1	15g.	1,2	0,7	7,8	42,0
Keptos paukštienos šlaunelės (tausojantis)	31A	100g.	24,44	16,66	0,69	253,72
Troškinti žiediniai kopūstai arba brokoliai (augalinis)	9G	50g.	1,46/1,74	4,31/4,37	2,68/3,35	49,19/52,59
Paprikų, morkų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2 1/13AGPPcVVg 1N	100g.	1,1	0,4	4,9	27,2
Sezoninis vaisius (augalinis)	-	100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Vanduo	-	200ml	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:	-	-	30,56/30,84	30,87/30,93	37,91/38,58	542,91/546,11

Prailgintos grupės maitinimas 13.00-13.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Lietiniai su varške (tausojantis)	74A	100/50g.	18,15	12,14	36,72	326,38
Trintos uogos, vaisiai su jogurtu	10D	80/20g.	1,44	0,42	15,73	67,75
Arbatžolių arbata be cukraus	17-1/2	200g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoninis vaisius (augalinis)	-	100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Iš viso:	-	-	20,35	12,86	66,39	450,13

2 SAVAITĖ
TREČIADIENIS

Pietūs 10.25 – 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Ukrainietiški barščiai (tausojantis)	1-3/35TGV 1N	150g.	4,0	2,6	15,7	102,4
Nesaldintas jogurtas (2,5)	-	10g.	0,5	0,3	0,5	5,9
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20g.	1,48	0,32	8,53	43,04
Varškės apkepas (9%)	85A	150g.	22,58	15,55	24,70	331,31
Trinti konservuoti persikai	20P	100g.	0,78	0,60	15,70	66,40
Vanduo	-	200ml.	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai, (uogos, daržovės)	-	100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Iš viso:	-	-	30,10	19,67	79,07	605,06

Prailgintos grupės maitinimas 13.00-13.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Lietiniai su dešrelėmis (tausojantis)	76A	150g.	17,12	31,65	52,01	556,35
Nesaldinta arbata mėtų	17-1/2	200g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Grietinė 30%		20g.	0,5	6,0	0,6	58,40
Sezoninis vaisius		100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Iš viso:	-	-	18,38	37,95	66,55	670,75

Direktore
Regina Pūmpučiūtė

2 SAVAITĖ
KETVIRTADIENIS

Pietūs 10.25 – 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis, tausojantis)	6S	150g.	1,15	3,18	5,13	48,45
Viso grūdo ruginė duona	-	20g.	1,48	0,32	8,53	43,04
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	-	10g.	0,5	0,3	0,5	5,9
Vištienos filė karis (tausojantis)	10-5/107TG 10N	150g.	24,93	23,72	3,03	325,32
Birūs ryžiai su ciberžole (augalinis, tausojantis)	3-3/12ATGPcPVVg 2N	70g.	1,7	1,4	17,3	88,8
Paprikų, morkų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	21/13AGPPcVVg 1N	100g.	1,1	0,4	4,9	27,2
Vanduo	-	200ml.	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoninis vaisius		100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Iš viso:	-	-	31,62	29,62	53,33	594,71

Prailgintos grupės maitinimas 13.00-13.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	Angliavandeniai, g.	
Kepti varškėčiai	83A	150g.	25,76	16,07	24,85	344,40
Uogienė	-	15g.	0,6	0,0	14,18	54,20
Kefyras 2.5%		150g.	4,35	3,75	6,00	78,00
Arbatžolių arbata be cukraus	17-1/2	200g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoninis vaisius		100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Iš viso:	-	-	31,47	20,12	58,97	532,60

Direktoriė
Regina Pumpuolienė

**2 SAVAITĖ
PENKTADIENIS**

Pietūs 10.25 – 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba(augalinis, tausojantis)	1-3/36AT	150g.	8,5	4,4	24,9	173,4
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	-	5g.	0,24	0,13	0,23	3,0
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20g.	1,48	0,32	8,53	43,04
Kepta su garais riebi (lašiša, skumbė, šamas) žuvis su žolelėmis (tausojantis)	9-7/145T	80g.	13,7	18,1	0,4	219,5
Perlinių kruopų rizotas (tausojantis)	3-3/8TPcV 1N	80g.	4,3	5,3	16,5	131,2
Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)	2-3/62A	50g.	0,75	1,3	5,25	35,55
Sezoninis vaisius (augalinis)	-	100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Iš viso:	-	-	29,73	29,85	69,75	661,69

Prailgintos grupės maitinimas 13.00-13.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Viso grūdo makaronai su daržovių padažu ir kietuoju sūriu(tausojantis)	6-5/101T	200g.	10,35	12,10	45,98	334,40
Arbatžolių arbata be cukraus		200g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoninis vaisius (augalinis)		100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Iš viso:	-	-	11,11	12,40	59,92	390,40

*Direktoriė
Regina Pumpučiūtė*

3 SAVAITĖ PIRMADIENIS

Pietūs 10.25 – 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Avinžirnių sriuba (augalinis, tausojantis)	1-3/32ATGPVVg 1N	150g.	2,0	4,8	7,8	82,8
Nesaldintas jogurtas (2,5)	-	5g.	0,24	0,13	0,23	3,0
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20g.	1,48	0,32	8,53	43,04
Ryžių plovai su vištienos filė (tausojantis)	10-5/11T	150g.	19,4	9,1	25,2	245,63
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A	70g.	0,8	6,8	3,1	76,7
Traškios morkytės		100g.	1,10	0,35	4,90	27,15
Vanduo	-	200ml.	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoninis vaisius (augalinis)		100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Iš viso:	-	-	25,78	21,80	63,70	534,32

Prailgintos grupės maitinimas 13.00-13.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Blynėliai su obuoliais	78A	150/20g.	11,29	12,27	53,57	359,84
Grietinė 30%		20g.	0,5	6,0	0,6	58,40
Sezoniniai vaisiai		100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Arbatžolių arbata be cukraus	17-1/2	200g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:	-	-	12,55	18,57	68,11	474,24

Direktore
Regina Pumpučiūtė

3 SAVAITĖ
ANTRADIENIS

Pietūs 10.25 – 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Ankštinių daržovių sriuba su bulvėmis (augalinis)	17S	150g.	3,64	3,30	14,61	93,57
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	-	10g.	0,5	0,3	0,5	5,9
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20g.	1,48	0,32	8,53	43,04
Jautienos šnicelis (tausojantis)	12-8/3TP10N	90g.	12,75	8,8	13,94	185,67
Miežinių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	3-3/30T	70g.	1,97	1,12	13,0	69,98
Paprikų, morkų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2 1/13AGPPcVVg 1N	100g.	1,1	0,4	4,9	27,2
Raugintų kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi	2-1/17A	50g.	0,4	3,53	2,97	45,36
Sezoninis vaisius (augalinis)	-	100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Iš viso:	-	-	22,55	18,07	72,39	526,72

Prailgintos grupės maitinimas 13.00-13.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	Angliavandeniai, g.	
Lietiniai su varške (tausojantis)	74A	100/50g.	18,15	12,14	36,72	326,38
Trintos uogos, vaisiai su jogurtu	10D	80/20g.	1,44	0,42	15,73	67,75
Arbatžolių arbata be cukraus	GER 1	200g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoninis vaisius		100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Iš viso:			23,85	15,99	73,89	535,13

Direktore
Regina Pumpūtenė

**3 SAVAITĖ
TREČIADIENIS**

Pietūs 10.25 – 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Šaltibarščiai (augalinis, tausojantis)	5Sr	150g.	4,64	4,45	13,30	111,78
Viso grūdo ruginė duona	-	20g.	1,48	0,32	8,53	43,04
Grietinė 30%	-	10g.	0,25	3,0	0,3	29,2
Paukštienos kepinukai	32A	100g.	22,21	8,83	8,98	180,94
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	4-3/65AT	100g.	2,06	0,10	18,49	84,56
Morkų salotos su česnakų su jogurto padažu	S11	50g.	0,97	0,19	4,22	18,20
Paprikų, morkų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	2 1/13AGPPcVVg 1N	100g.	1,1	0,4	4,9	27,2
Vanduo	-	200ml.	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoninis vaisius		100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Iš viso:	-	-	33,47	17,59	72,66	550,92

Prailgintos grupės maitinimas 13.00-13.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Virti varškėčiai (tausojantis)	82A	200g.	27,47	13,49	44,71	403,78
Trintos uogos su jogurtu	10D	80/20g.	1,44	0,42	15,73	67,75
Arbatžolių arbata be cukraus	17-1/2	200g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (augalinis)		100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Iš viso:	-	-	29,67	14,21	74,38	527,53

3 SAVAITĖ
KETVIRTADIENIS

Pietūs 10.25 – 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Daržovių ir viso grūdo makaronų sriuba (augalinis, tausojantis)	1-3/38AT	250g.	6,2	8,5	34,6	239,7
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20g.	1,48	0,32	8,53	43,04
Varškės ir morkų apkepas (tausojantis)	85A	150g.	18,68	18,05	22,31	324,61
Trinti konservuoti persikai	20P	50g.	0,39	0,30	7,85	33,20
Sezoniniai vaisiai (augalinis)		100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Vanduo	-	200ml.	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:	-	-	28,55	28,85	102,15	763,35

Prailgintos grupės maitinimas 13.00-13.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Pilno grūdo makaronai su sūriu (tausojantis)	66A	150g.	14,27	12,73	30,95	305,06
Jogurtinis grietinės padažas	66AP	20g.	0,52	1,87	1,40	24,31
Arbatžolių arbata be cukraus	17-1/2	200g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (augalinis)		100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Iš viso:	-	-	16,59	16,28	61,21	452,17


Direktore
Regina Pumputienė

3 SAVAITĖ PENKTADIENIS

Pietūs 10.25 – 12.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Raugintų kopūstų sriuba	Sr8	150g.	0,86	3,11	4,10	45,75
Grietinė (30%)	18/7 4	20g.	0,5	6,0	0,6	58,4
Viso grūdo ruginė duona	-	30g.	2,2	0,5	12,08	64,6
Žuvies kepinukas (tausojantis)	41A	100g.	17,44	13,03	11,75	234,89
Perlinių kruopų rizotas (tausojantis)	3-3/8TPcV 1N	80g.	4,3	5,3	16,5	131,2
Burokėlių salotos su ž. žirneliais, mar. agurkais, svogūnais su aliejaus padažu (augalinis)	20Sal	100g.	2,53	9,48	9,17	122,19
Vanduo	-	200ml.	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoninis vaisius	-	100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Iš viso:	-	-	28,59	37,72	68,14	713,03

Prailgintos grupės maitinimas 13.00-13.45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal.
			baltymai, g.	riebalai, g.	angliavandeniai, g.	
Virti varškės kukulaičiai	1A	150g.	24,07	24,05	34,12	340,61
Sviesto-grietinės padažas	5P	20g.	0,42	10,54	0,68	98,94
Arbatžolių arbata be cukraus	17-1/2	200g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai (uogos, daržovės)	-	100g.	0,76	0,3	13,94	56,00
Iš viso:	-	-	21,78	21,00	48,15	457,77


Direktore
Regina Pumputienė