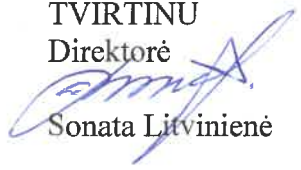


KRETINGOS RAJONO DARBŲNŲ GIMNAZIJA

Laukžemės g. 9, Darbėnai, 97265 Kretingos r. sav.

TVIRTINU

Direktore



Sonata Litvinienė

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1–3 metų amžiaus grupė

1 Savaitė, Pirmadienis (2025-10-13)

Pusryčiai 08:30 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė (tausojantis)	KOS5	150.00	5.71	2.7	28.35	161
Sviestas 82 proc.	Pad1	8.00	0.05	6.64	0.07	60
Sezoniniai vaisiai	UŽK3	80.00	0.57	0.22	10.96	48
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	Gér3	150.00	0	0	0	0
Iš viso:			6.33	9.56	39.38	269

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba(tausojantis)	SRB1	100.00	2.21	1.45	8.24	55
Šviesi duona	UŽK6	30.00	1.59	0.24	16.26	74
Keptas kiaulienos kumpinės mėsos maltinukas (tausojantis)	II patiek5	75.00	15.92	4.58	4.15	122
Virti makaronai (tausojantis)	GAR1	80.00	2.99	0.23	25.88	118
Morkų salotos su česnakais ir natūraliu jogurtu(2,5 proc.)	DARŽ.SAL2	90.00	1.12	0.41	7.1	37
Vanduo	Gér7	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			23.83	6.91	61.63	404

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvių-varškės (9 proc.) kukuliai (tausojantis)	BULV3	100.00	7.26	5.19	19.49	154
Sviesto (82 proc.)-grietinės (30proc.) padažas	Pad5	20.00	0.33	11.6	0.41	107
Žolelių arbata (nesaldinta)	Gér5	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			7.59	16.79	19.9	261
Iš viso (dienos davinio):			37.75	33.26	120.91	934



Direktorė
Sonata Litvinienė

1 Savaitė, Antradienis (2025-10-14)

Pusryčiai 08:30 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Manų kruopų košė su cinamonu, sviestu ir cukrumi	KOS10	150.00	6.05	7.89	33.22	228
Žolelių arbata (nesaldinta)	Gėr5	200.00	0	0	0	0
Šviesi duona su sviestu (82 proc.) ir fermentiniu sūriu (45 proc.)	UŽK13	20.00	2.02	4.53	5.58	71
Iš viso:			8.07	12.42	38.8	299

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba (augalinis)(tausojantis)	SRB14	100.00	3.92	3.16	11.85	92
Šviesi duona	UŽK6	30.00	1.59	0.24	16.26	74
Orkaitėje garuose kepta kalakutienos filė su prieskoniais žolelėmis (tausojantis)	II patiek25	90.00	27.96	2.46	0.48	136
Bulvių košė(tausojantis)	GAR4	70.00	1.44	2.56	10.62	71
Pekino kopūstų-agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL9	60.00	0.69	2.16	2.92	34
Vanduo	Gėr7	200.00	0	0	0	0
Sezoniniai vaisiai	UŽK3	70.00	0.5	0.19	9.59	42
Iš viso:			36.1	10.77	51.72	448

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Blynėliai su cukinijomis	MILT9	130.00	9.22	10.88	41.21	300
Jogurtas (2,5-3,5 proc.) (padažas)	Pad4	20.00	0.95	0.51	0.91	12
Žolelių arbata (nesaldinta)	Gėr5	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			10.17	11.39	42.12	312
Iš viso (dienos davinio):			54.34	34.58	132.64	1059



Direktorė
Sonata Litvinienė

1 Savaitė, Trečiadienis (2025-10-15)

Pusryčiai 08:30 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Penkių javų dribsnių košė (tausojantis)	KOS2	150.00	5.9	3.56	25.53	158
Sviestas 82 proc.	Pad1	8.00	0.05	6.64	0.07	60
Sezoniniai vaisiai	UŽK3	120.00	0.86	0.33	16.44	72
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	Gėr3	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			6.81	10.53	42.04	290

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščiai su pupelėmis(augalinis)(tausojantis)	SRB5	100.00	1.72	1.67	9.27	59
Ruginė duona	UŽK2	30.00	2.31	0.42	15.75	76
Kepti kiaulienos kumpinės mėsos kukuliai (tausojantis)	II patiek.17	85.00	20.8	7.02	5.84	170
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR6	80.00	1.62	0.07	14.82	66
Troškinti šviežūs kopūstai (tausojantis)	DARŽ.SAL13	75.00	1.64	2.07	10.15	66
Švieži pomidorai	DARŽ.SAL5	30.00	3	0.06	1.23	17
Vanduo	Gėr7	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			31.09	11.31	57.06	454

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	SRB3	150.00	4.34	6.98	18.17	153
Šviesi duona su sviestu (82 proc.)ir varškės sūriu (13 proc.)	UŽK11	43.00	5.1	5.25	11.58	114
Iš viso:			9.44	12.23	29.75	267
Iš viso (dienos davinio):			47.34	34.07	128.85	1011



Direktorė
Sonata Litvinienė

1 Savaitė, Ketvirtadienis (2025-10-16)**Pusryčiai 08:30 - 09:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis)	Oml.2	100.00	11.81	14.33	9.04	212
Švieži agurkai	DARŽ.SAL4	30.00	0.27	0.06	0.69	4
Švieži pomidorai	DARŽ.SAL5	20.00	2	0.04	0.82	12
Šviesi duona	UŽK6	30.00	1.59	0.24	16.26	74
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	Gėr3	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			15.67	14.67	26.81	302

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	SRB2	100.00	0.72	2.27	4.63	42
Ruginė duona	UŽK2	30.00	2.31	0.42	15.75	76
Kapotos vištienos kepsniukai		80.00	21.16	7.16	3.73	164
Virti ryžiai (tausojantis)	GAR3	70.00	2.12	1.93	23.43	120
Švieži agurkai	DARŽ.SAL4	30.00	0.27	0.06	0.69	4
Švieži pomidorai	DARŽ.SAL5	20.00	2	0.04	0.82	12
Vanduo	Gėr7	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			28.58	11.88	49.05	417

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės (9proc.) ir bananų apkepas	MILT5	120.00	13.23	8.25	22.32	216
Yogurtas (2,5-3,5 proc.) (padažas)	Pad4	20.00	0.95	0.51	0.91	12
Sezoniniai vaisiai	UŽK3	100.00	0.71	0.28	13.7	60
Žolelių arbata (nesaldinta)	Gėr5	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			14.89	9.04	36.93	289
Iš viso (dienos davinio):			59.14	35.59	112.79	1008


Direktorė
Sonata Litvinienė

1 Savaitė, Penktadienis (2025-10-17)

Pusryčiai 08:30 - 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė (tausojantis)	KOS3	150.00	6.59	3.8	31.72	187
Sviestas 82 proc.	Pad1	8.00	0.05	6.64	0.07	60
Kakava su pienu(2,5 proc.)(saldinta)	Gėr1	150.00	2.42	2.77	7.44	64
Iš viso:			9.06	13.21	39.23	312

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba	PS	100.00	0.45	0.99	4.77	30
Šviesi duona	UŽK6	30.00	1.59	0.24	16.26	74
Orkaitėje kepta lašišos filė su prieskoniais žolelėmis (tausojantis)	ŽUV2	80.00	15.68	17.88	0.37	225
Bulvių košė(tausojantis)	GAR4	80.00	1.64	2.92	12.14	81
Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais (augalinis)	DARŽ.SAL18	50.00	1.18	2.66	5.92	52
Švieži agurkai	DARŽ.SAL4	30.00	0.27	0.06	0.69	4
Vanduo	Gėr7	200.00	0	0	0	0
Sezoniniai vaisiai	UŽK3	50.00	0.36	0.14	6.85	30
Iš viso:			21.17	24.89	47	497

Vakarienė 15:30 - 16:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (9 proc.) (tausojantis)	MILT1	120.00	16.36	7.97	30.15	258
Trintų uogų padažas	PAD6	25.00	0.21	0.12	8.29	35
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	Gėr3	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			16.57	8.09	38.44	293
Iš viso (dienos davinio):			46.8	46.19	124.67	1102



Direktore
Sonata Litvinienė