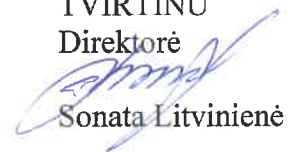


KRETINGOS RAJONO DARBŲNŲ GIMNAZIJA

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

TVIRTINU

Direktorė



Sonata Litvinienė

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

7–10 metų amžiaus grupė

1 Savaitė, Pirmadienis (2025-10-13)

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	
Žirnių sriuba(tausojantis)	SRB1	150.00	3.32	2.18	12.36	82
Šviesi duona	UŽK6	30.00	1.59	0.24	16.26	74
Keptas kiaulienos kumpinės mėsos maltinukas (tausojantis)	II patiek5	90.00	19.1	5.5	4.98	146
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	Gėr7	200.00	0	0	0	0
Sezoniniai vaisiai	UŽK3	150.00	1.07	0.41	20.55	90
Iš viso:			29.19	8.97	87.13	546
Iš viso (dienos davinio):			29.19	8.97	87.13	546

Direktorė
Sonata Litvinienė



1 Savaitė, Antradienis (2025-10-14)

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	
Lęšių sriuba (augalinis)(tausojantis)	SRB14	150.00	5.88	4.74	17.78	137
Šviesi duona	UŽK6	30.00	1.59	0.24	16.26	74
Orkaitėje garuose kepta kalakutienos filė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	II patiek25	120.00	37.28	3.29	0.65	181
Bulvių košė(tausojantis)	GAR4	80.00	1.64	2.92	12.14	81
Pekino kopūstų-agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL9	90.00	1.04	3.24	4.38	51
Vanduo	Gėr7	200.00	0	0	0	0
Sezoniniai vaisiai	UŽK3	100.00	0.71	0.28	13.7	60
Iš viso:			48.14	14.71	64.91	585
Iš viso (dienos davinio):			48.14	14.71	64.91	585

Direktorė
Sonata Litvinienė



1 Savaitė, Trečiadienis (2025-10-15)

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)(tausojojantis)	SRB5	150.00	2.58	2.5	13.9	88
Ruginė duona	UŽK2	30.00	2.31	0.42	15.75	76
Kepti kiaulienos kumpinės mėsos kukuliai (tausojojantis)	II patiek.17	95.00	23.25	7.85	6.53	190
Virtos bulvės (augalinis) (tausojojantis)	GAR6	80.00	1.62	0.07	14.82	66
Troškinti šviežūs kopūstai (tausojojantis)	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
Sezoniniai vaisiai	UŽK3	80.00	0.57	0.22	10.96	48
Iš viso:			34.97	13.19	73.34	552
Iš viso (dienos davinio):			34.97	13.19	73.34	552

Direktore
Sonata Litvinienė



Kretingos rajono Darbėnų gimnazija (Dokumentas: 7-10 m. vaikams 15 d. valgiaraštis)

Direktorė, Sonata Litvinienė

1 Savaitė, Ketvirtadienis (2025-10-16)

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	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	SRB2	150.00	1.08	3.41	6.95	63
Ruginė duona	UŽK2	30.00	2.31	0.42	15.75	76
Kapotos vištienos kepsniukai		100.00	26.45	8.95	4.66	205
Virti ryžiai (tausojantis)	GAR3	80.00	2.42	2.2	26.78	137
Švieži agurkai	DARŽ.SAL4	50.00	0.45	0.1	1.15	7
Švieži pomidorai	DARŽ.SAL5	50.00	5	0.1	2.05	29
Vanduo	Gėr7	200.00	0	0	0	0
Sezoniniai vaisiai	UŽK3	100.00	0.71	0.28	13.7	60
Iš viso:			38.42	15.46	71.04	577
Iš viso (dienos davinio):			38.42	15.46	71.04	577

Direktorė
Sonata Litvinienė



Kretingos rajono Darbėnų gimnazija (Dokumentas: 7-10 m. vaikams 15 d. valgiaraštis)

Direktorė, Sonata Litvinienė

1 Savaitė, Penktadienis (2025-10-17)

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	
Špinatų sriuba	PS	150.00	0.68	1.49	7.16	45
Šviesi duona	UŽK6	30.00	1.59	0.24	16.26	74
Orkaitėje kepta lašišos filė su prieskoniėmis žolelėmis (tausojantis)	ŽUV2	100.00	19.6	22.35	0.46	281
Bulvių košė(tausojantis)	GAR4	80.00	1.64	2.92	12.14	81
Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais (augalinis)	DARŽ.SAL18	70.00	1.66	3.72	8.28	73
Švieži agurkai	DARŽ.SAL4	30.00	0.27	0.06	0.69	4
Vanduo	Gėr7	200.00	0	0	0	0
Sezoniniai vaisiai	UŽK3	100.00	0.71	0.28	13.7	60
Iš viso:			26.15	31.06	58.69	619
Iš viso (dienos davinio):			26.15	31.06	58.69	619

Direktorė
Sonata Litvinienė

