

KRETINGOS RAJONO DARBŲNŲ GIMNAZIJA

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

TVIRTINU

Direktorė


Sonata Litvinienė

2026-03-09

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

laisvai pasirenkamų patiekalų valgiaraštis

1 Savaitė, Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba(tausojantis)	SRB1	250.00	5.53	3.63	20.6	137
Šaltibarščiai (P)*	SRB19	250.00	6.48	8.16	9.58	138
Šviesi duona (G)*	UŽK6	30.00	1.59	0.24	16.26	74
Miežinių kruopų košė (tausojančias) (G, P)*	KOS5	200.00	7.61	3.6	37.8	214
Kiaulienos nugarinė užkepta su sūriu ir pomidoru (tausojančias) (P)*	II patiek37	150.00	26.28	13.87	3.57	244
Keptas kiaulienos kumpinės mėsos maltinukas (tausojančias) (G, K)*	II patiek5	110.00	23.34	6.72	6.09	178
Vištienos filė troškinta su grietinėle ir daržovėmis (tausojančias) (P)*	II patiek24	120.00	21.04	12.4	4.24	213
Kepta vištienos filė (kepsnys) (K)*	II patiek.22	100.00	32.39	15.07	8.79	300
Muštas kiaulienos šnicelis (K)*	II patiek30	100.00	22.8	16.31	12.74	289
Bulvių-varškės (9 proc.) kukuliai (tausojančias) (K, P)*	BULV3	150.00	10.89	7.79	29.23	231
Aukštaičių blyneliai (G, K, P)*	MILT15	150.00	11.04	24.46	55	484
Virti makaronai (tausojančias) (G)*	GAR1	100.00	3.74	0.29	32.35	147
Virtos bulvės (augalinis) (tausojančias)	GAR6	100.00	2.03	0.09	18.53	83
Morkų salotos su česnakais ir natūraliu jogurtu(2,5 proc.) (P)*	DARŽ.SAL2	100.00	1.24	0.46	7.89	41
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
Pekino kopūstų-agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL9	100.00	1.15	3.6	4.87	56
Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL17	100.00	1.46	4.61	5.94	71
Burokėlių salotos (augalinis)	DARŽ.SAL10	100.00	2.12	4.1	12.98	97
Daržovių salotos su saldžiąja paprika (augalinis)	DARŽ.SAL21	100.00	2.08	6.2	7.74	95
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais, žalumynais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL22	100.00	1.36	5.22	6.38	78
Kietas sūris (P)*	UŽK15	40.00	13.2	10.4	4	162
Grietinės padažas (užpildyti) (G, P)*	Pad3	20.00	0.28	3.08	0.87	32
Pievagrybių padažas (G, P)*	pad	20.00	0.46	1.19	1.27	18
Vanduo	Gėr7	200.00	0	0	0	0
Sultys mažos	GĖR8	200.00	5.8	4.6	9.8	104
Iš viso:			209.36	156.29	319.72	3523
Iš viso dienos davinio :			209.36	156.29	319.72	3523

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Direktorė
 Jolanta Litvinienė


1 Savaitė, Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba (augalinis)(tausojantis)	SRB14	250.00	9.8	7.9	29.63	229
Šaltibarščiai (P)*	SRB19	250.00	5.18	6.53	7.66	110
Šviesi duona (G)*	UŽK6	30.00	1.59	0.24	16.26	74
Manų kruopų košė (P)*	KOS9	150.00	5.49	2.86	26.44	153
Orkaitėje garuose kepta kalakutienos filė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	II patiek25	150.00	46.59	4.11	0.81	227
Kiaulienos kumpinės mėsos guliašas2 (tausojantis) (G, P)*	II patiek.12	120.00	22.25	10.36	7.84	214
Tarkuotų bulvių cepelinai su mėsa	BULV4	200.00	13.64	5.91	45.5	290
Kepta vištienos filė (kepsnys) (K)*	II patiek.22	100.00	32.39	15.07	8.79	300
Vištienos sūtinukas su sūriu ir kiaušiniu (G, K, P)*	II patiek36	120.00	35.38	7.34	12.49	258
Muštas kiaulienos šnicelis (K)*	II patiek30	100.00	22.8	16.31	12.74	289
Apkepti makaronai su sūriu (G, P)*	MILT19	100.00	10.86	15.6	57.53	414
Byneliai su cukinijomis (G, K, P)*	MILT9	150.00	10.64	12.55	47.55	346
Virtas perlinis kuskusas (tausojantis)(augalinis)	GAR7	100.00	1.5	0.19	9.22	45
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR6	100.00	2.03	0.09	18.53	83
Pekino kopūstų-agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL9	100.00	1.15	3.6	4.87	56
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
Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL17	100.00	1.46	4.61	5.94	71
Daržovių salotos su saldžiąja paprika (augalinis)	DARŽ.SAL21	100.00	2.08	6.2	7.74	95
Burokėlių salotos (augalinis)	DARŽ.SAL10	100.00	2.12	4.1	12.98	97
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais, žalumynais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL22	100.00	1.36	5.22	6.38	78
Vanduo	Gėr7	200.00	0	0	0	0
Grietinės padažas (užpildyti) (G, P)*	Pad3	25.00	0.35	3.85	1.09	40
Pievagrybių padažas (G, P)*	pad	25.00	0.58	1.49	1.59	22
Iš viso:			234.69	134.33	344.78	3527
Iš viso dienos davinio :			234.69	134.33	344.78	3527

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Direktorė
Sonata Litvinienė


1 Savaitė, Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščiai su pupelėmis(augalinis)(tausojantis)	SRB5	250.00	4.23	4.17	22.72	145
Šaltibarščiai (P)*	SRB19	250.00	6.48	8.16	9.58	138
Ruginė duona (G)*	UŽK2	30.00	2.31	0.42	15.75	76
Penkių javų dribsnių košė(tausojantis) (G,P)*	KOS2	150.00	5.9	3.56	25.53	158
Kepti kiaulienos kumpinės mėsos kukuliai (tausojantis) (K)*	II patiek.17	120.00	29.37	9.92	8.25	240
Kepta vištienos filė (kepsnys) (K)*	II patiek.22	100.00	32.39	15.07	8.79	300
Muštas kiaulienos šnicelis (K)*	II patiek30	100.00	22.8	16.31	12.74	289
Kalakutų šlaunelių mėsos troškiny su morkomis (tausojantis)	II patiek10	80.00	14.69	6.27	2.35	125
Vištienos filė kepsnys su sūriu (P)*	II patiek35	150.00	49.24	20.21	1.27	384
Žemaičių blynai su kiauliena (tausojantis) (G, K)*	BULV5	200.00	16.17	8	34.22	274
Sklindžiai su varške (G, K, P)*	MILT14	160.00	15.94	19.54	52.23	449
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR6	100.00	2.03	0.09	18.53	83
Virti griekiai	GAR5	100.00	3.54	1.05	23.39	117
Burokėlių salotos (augalinis)	DARŽ.SAL10	100.00	2.12	4.1	12.98	97
Troškinti šviežūs kopūstai (tausojantis) (G)*	DARŽ.SAL13	100.00	2.18	2.77	13.53	88
Švieži pomidorai	DARŽ.SAL5	50.00	5	0.1	2.05	29
Švieži agurkai	DARŽ.SAL4	50.00	0.45	0.1	1.15	7
Pekino kopūstų-agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL9	100.00	1.15	3.6	4.87	56
Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL17	100.00	1.46	4.61	5.94	71
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais, žalumynais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL22	100.00	1.36	5.22	6.38	78
Vanduo	Gėr7	200.00	0	0	0	0
Sultys mažos	GĖR8	200.00	5.8	4.6	9.8	104
Grietinės padažas (užpildyti) (G, P)*	Pad3	25.00	0.35	3.85	1.09	40
Pievagrybių padažas (G, P)*	pad	25.00	0.58	1.49	1.59	22
Iš viso:			225.54	143.21	294.73	3370
Iš viso dienos davinio :			225.54	143.21	294.73	3370

***Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Direktorė
Sveikata
Litybė
[Signature]

1 Savaitė, Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	SRB2	250.00	1.8	5.68	11.58	105
Šaltibarščiai (P)*	SRB19	250.00	6.48	8.16	9.58	138
Ruginė duona (G)*	UŽK2	30.00	2.31	0.42	15.75	76
Avižinių dribsnių košė (tausojantis) (G, P)*	KOS1	150.00	7.04	4.87	26.43	178
Kapotos vištienos kepsniukai (G, K, P)*	II patiek33	120.00	31.74	10.74	5.6	246
Natūralus maltas kiaušienos šnicelis (K)*	II patiek29	100.00	22.81	8.17	0.63	167
Žemaičių blynai su kiaušiena (tausojantis) (G, K)*	BULV5	200.00	16.17	8	34.22	274
Muštas kiaušienos šnicelis (K)*	II patiek30	100.00	22.8	16.31	12.74	289
Kepta vištienos filė (kepsnys) (K)*	II patiek.22	100.00	32.39	15.07	8.79	300
Kiaušienos suktinukas su kiaušiniu ir sūriu (G, K, P)*	II patiek.38	120.00	21.58	8.56	11.55	210
Varškės (9proc.) ir bananų apkepas (G, K, P)*	MILT5	150.00	16.54	10.31	27.9	271
Aukštaičių blynėliai (G, K, P)*	MILT15	150.00	11.04	24.46	55	484
Virti ryžiai (tausojantis)	GAR3	80.00	2.42	2.2	26.78	137
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR6	80.00	1.62	0.07	14.82	66
Kopūstų salotos su agurkais ir alyvuogių aliejumi	DARŽ.SAL8	100.00	1.4	3.52	4.88	57
Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL17	100.00	1.46	4.61	5.94	71
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
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais, žalumynais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL22	100.00	1.36	5.22	6.38	78
Burokėlių salotos (augalinis)	DARŽ.SAL10	100.00	2.12	4.1	12.98	97
Grietinės padažas (užpildyti) (G, P)*	Pad3	25.00	0.35	3.85	1.09	40
Vanduo	Gér7	200.00	0	0	0	0
Pievagrybių padažas (G, P)*	pad	25.00	0.58	1.49	1.59	22
Iš viso:			209.46	146.01	297.43	3342
Iš viso dienos davinio :			209.46	146.01	297.43	3342

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Direktore
Sveikata ir mityba
[Signature]

1 Savaitė, Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šaltibarščiai (P)*	SRB19	250.00	6.48	8.16	9.58	138
Špinatų sriuba (G)*	SRB18	250.00	1.13	2.48	11.93	75
Šviesi duona (G)*	UŽK6	30.00	1.59	0.24	16.26	74
Grikių kruopų košė (tausojantis) (P)*	KOS3	150.00	6.59	3.8	31.72	187
Orkaitėje kepta lašišos filė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis) (Ž)*	II patiek31	120.00	26.16	24.65	0.82	330
Kalakutienos guliašas (tausojantis) (G, P)*	II patiek27	90.00	14.91	5.29	4.83	127
Šviežių kopūstų balandėliai įdaryti kiauliena ir ryžiais (tausojantis)	II patiek22	160.00	15.21	5.57	18.72	186
Virti varškėčiai (9 proc.) (tausojantis) (G, K, P)*	MILT1	120.00	16.36	7.97	30.15	258
Kepta vištienos filė (kepsnys) (K)*	II patiek.22	100.00	32.39	15.07	8.79	300
Muštas kiaulienos šnicelis (K)*	II patiek30	100.00	22.8	16.31	12.74	289
Sklindžiai su obuoliais (G, K, P)*	MILT7	150.00	8.99	16.4	49.72	382
Bulvių košė(tausojantis) (P)*	GAR4	80.00	1.64	2.92	12.14	81
Virti griekiai	GAR5	100.00	3.54	1.05	23.39	117
Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais (augalinis)	DARŽ.SAL18	100.00	2.37	5.32	11.83	105
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
Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL17	100.00	1.46	4.61	5.94	71
Marinuoti agurkai	DARŽ.SAL16	50.00	1.4	0	0.65	8
Grietinės padažas (užpildyti) (G, P)*	Pad3	25.00	0.35	3.85	1.09	40
Vanduo	Gėr7	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			168.82	123.89	253.5	2804
Iš viso dienos davinio :			168.82	123.89	253.5	2804

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Direktore
Sonata Labiniene


2 Savaitė, Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Tiršta žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRB12	250.00	7.1	3.52	30.17	181
Šaltibarščiai (P)*	SRB19	250.00	6.48	8.16	9.58	138
Ruginė duona (G)*	UŽK2	30.00	2.31	0.42	15.75	76
Penkių javų dribsnių košė (tausojantis) (G, P)*	KOS2	150.00	5.9	3.56	25.53	158
Kepta vištienos filė (kepsnys) (K)*	II patiek.22	100.00	32.39	15.07	8.79	300
Užkepti natūralūs kotletai (K, P)*	II patiek21	100.00	19.64	25.75	2.31	320
Kepti balandėliai su kiaulienos kumpinės mėsa (tausojantis) (K)*	II patiek20	130.00	24	10	8.8	221
Muštas kiaulienos šnicelis (K)*	II patiek30	100.00	22.8	16.31	12.74	289
Varškės(9 proc.) kukuliai (tausojantis) (K, P)*	MILT2	150.00	18	10.04	32.34	292
Spelta miltų Varškės blynėliai (G, K, P)*	Milt17	120.00	16.56	15.95	44.91	389
Bulvių košė(tausojantis) (P)*	GAR4	100.00	2.05	3.65	15.18	102
Virtos perlinės kruopos garnyrui	GAR2	100.00	3.61	0.64	26.89	128
Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL17	100.00	1.46	4.61	5.94	71
Pekino kopūstų-agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL9	100.00	1.15	3.6	4.87	56
Burokėlių salotos (augalinis)	DARŽ.SAL10	100.00	2.12	4.1	12.98	97
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais, žalumynais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL22	100.00	1.36	5.22	6.38	78
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
Grietinės padažas (užpildyti) (G, P)*	Pad3	25.00	0.35	3.85	1.09	40
Vanduo	Gėr7	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			172.73	134.65	267.45	2973
Iš viso dienos davinio :			172.73	134.65	267.45	2973

***Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Direktore
Sąnata Litvinienė



2 Savaitė, Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščiai (augalinis)(tausojantis)	SRB4	250.00	2.15	3.45	17.68	110
Šaltibarščiai (P)*	SRB19	250.00	6.48	8.16	9.58	138
Šviesi duona (G)*	UŽK6	30.00	1.59	0.24	16.26	74
Avižinių dribsnių košė (tausojantis) (G, P)*	KOS1	150.00	7.04	4.87	26.43	178
Kiaulienos kumpinės mėsos-ryžių plovos (tausojantis) (P)*	II patiek4	250.00	22.45	16.79	48.86	436
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos kumpine mėsa (K)*	BULV1	200.00	16.68	9.46	48.34	345
Orkaitėje kepta lašišos filė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis) (Ž)*	II patiek31	120.00	26.16	24.65	0.82	330
Muštas kiaulienos šnicelis (K)*	II patiek30	100.00	22.8	16.31	12.74	289
Kepta vištienos filė (kepsnys) (K)*	II patiek.22	100.00	32.39	15.07	8.79	300
Aukštaičių blynėliai (G, K, P)*	MILT15	150.00	11.04	24.46	55	484
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR6	100.00	2.03	0.09	18.53	83
Daržovių salotos su saldžiąja paprika (augalinis)	DARŽ.SAL21	100.00	2.08	6.2	7.74	95
Švieži pomidorai	DARŽ.SAL5	50.00	5	0.1	2.05	29
Marinuoti agurkai	DARŽ.SAL16	30.00	0.84	0	0.39	5
Kopūstų salotos su agurkais ir alyvuogių aliejumi	DARŽ.SAL8	100.00	1.4	3.52	4.88	57
Burokėlių salotos (augalinis)	DARŽ.SAL10	100.00	2.12	4.1	12.98	97
Vanduo	Gėr7	200.00	0	0	0	0
Kefyras 2,5 proc. (P)*	Gėr4	200.00	6.8	5	9.8	111
Grietinės padažas (užpildyti) (G, P)*	Pad3	25.00	0.35	3.85	1.09	40
Pievagrybių padažas (G, P)*	pad	25.00	0.58	1.49	1.59	22
Iš viso:			169.98	147.81	303.55	3224
Iš viso dienos davinio :			169.98	147.81	303.55	3224

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Direktorė
Sandra Litvinienė



2 Savaitė, Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta daržovių(šv.kopūstų, morkos,svogūnai) su žaliaisiais žirneliais (augalinis)(tausojantis)	SRB11	250.00	3.35	4.92	19.02	134
Šaltibarščiai (P)*	SRB19	250.00	6.48	8.16	9.58	138
Šviesi duona (G)*	UŽK6	30.00	1.59	0.24	16.26	74
Miežinių kruopų košė (tausojantis) (G, P)*	KOS5	150.00	5.71	2.7	28.35	161
Kepti kalakutienos filė mėsos kukuliai1 (tausojantis) (K)*	II patiek18	120.00	30.02	6.52	8.38	212
Muštas kiaulienos šnicelis (K)*	II patiek30	100.00	22.8	16.31	12.74	289
Vištienos filė troškinta su grietinėle ir daržovėmis (tausojantis) (P)*	II patiek24	120.00	21.04	12.4	4.24	213
Kepta vištienos filė (kepsnys) (K)*	II patiek.22	100.00	32.39	15.07	8.79	300
Kiaulienos nugarinė užkepta su sūriu ir pomidoru (tausojantis) (P)*	II patiek37	150.00	26.28	13.87	3.57	244
Bulvių plokštainis su vištiena (K, P)*	BULV6	200.00	26.18	9.55	46.49	377
Lietiniai blyneliai įdaryti bananais (G, K, P)*	MILT8	150.00	7.19	9.93	44.07	294
Lietiniai blyneliai su varškės įdaru (G, K, P)*	MILT13	150.00	14.71	12.74	37.81	325
Virti makaronai (tausojantis) (G)*	GAR1	100.00	3.74	0.29	32.35	147
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR6	100.00	2.03	0.09	18.53	83
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais, žalumynais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL22	100.00	1.36	5.22	6.38	78
Pekino kopūstų-agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL9	100.00	1.15	3.6	4.87	56
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
Grietinės padažas (užpildyti) (G, P)*	Pad3	25.00	0.35	3.85	1.09	40
Pievagrybių padažas (G, P)*	pad	25.00	0.58	1.49	1.59	22
Vanduo	Gėr7	200.00	0	0	0	0
Iš viso:			212.4	127.15	307.31	3223
Iš viso dienos davinio :			212.4	127.15	307.31	3223

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Direktorė
Sona Litvinienė


2 Savaitė, Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta morkų sriuba (augalinis) (tausojantis) (SA)*	SRB15	250.00	1.82	6.25	15.82	127
Šaltibarščiai (P)*	SRB19	250.00	6.48	8.16	9.58	138
Šviesi duona (G)*	UŽK6	30.00	1.59	0.24	16.26	74
Penkių javų dribsnių košė (tausojantis) (G, P)*	KOS2	150.00	5.9	3.56	25.53	158
Keptas vištienos filė mėsos maltinukas (tausojantis) (G, K)*	II patiek.15	110.00	37.11	6.64	6.54	234
Kiaulienos kumpinės mėsos guliašas2 (tausojantis) (G, P)*	II patiek.12	120.00	22.25	10.36	7.84	214
Kalakutų šlaunelių mėsos troškiny su morkomis (tausojantis)	II patiek10	120.00	22.04	9.4	3.53	187
Žemaičių blynai su kauliena (tausojantis) (G, K)*	BULV5	200.00	16.17	8	34.22	274
Muštas kaulienos šnicelis (K)*	II patiek30	100.00	22.8	16.31	12.74	289
Kepta vištienos filė (kepsnys) (K)*	II patiek.22	100.00	32.39	15.07	8.79	300
Apkepti makaronai su sūriu (G, P)*	MILT19	100.00	10.86	15.6	57.53	414
Sklindžiai su obuoliais (G, K, P)*	MILT7	150.00	8.99	16.4	49.72	382
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR6	100.00	2.03	0.09	18.53	83
Virti ryžiai (tausojantis)	GAR3	100.00	3.03	2.75	33.48	171
Virtas perlinis kuskusas (tausojantis)(augalinis)	GAR7	100.00	1.5	0.19	9.22	45
Švieži agurkai	DARŽ.SAL4	50.00	0.45	0.1	1.15	7
Morkų salotos su česnakais ir natūraliu jogurtu(2,5 proc.) (P)*	DARŽ.SAL2	100.00	1.24	0.46	7.89	41
Švieži pomidorai	DARŽ.SAL5	50.00	5	0.1	2.05	29
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais, žalumynais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL22	100.00	1.36	5.22	6.38	78
Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL17	100.00	1.46	4.61	5.94	71
Burokėlių salotos (augalinis)	DARŽ.SAL10	100.00	2.12	4.1	12.98	97
Vanduo	Gėr7	200.00	0	0	0	0
Grietinės padažas (užpildyti) (G, P)*	Pad3	25.00	0.35	3.85	1.09	40
Pievagrybių padažas (G, P)*	pad	25.00	0.58	1.49	1.59	22
Iš viso:			207.52	138.95	348.4	3474
Iš viso dienos davinio :			207.52	138.95	348.4	3474

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SA - Salierai ir jų produktai

Direktoriaus
 Jurga Litvinienė


2 Savaitė, Penktadienis

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	250.00	1.8	5.68	11.58	105
Šaltibarščiai (P)*	SRB19	250.00	6.48	8.16	9.58	138
Šviesi duona (G)*	UŽK6	30.00	1.59	0.24	16.26	74
Kvietinių kruopų košė (tausojantis) (G, P)*	KOS4	150.00	6.28	2.31	27.96	158
Keptas žuvies maltinukas (tausojantis) (K, P, Ž)*	II patiek9	110.00	23.08	11.54	12.15	245
Šviežių kopūstų balandėliai įdaryti kiauliena ir ryžiais (tausojantis)	II patiek22	160.00	15.21	5.57	18.72	186
Kepta vištienos filė (kepsnys) (K)*	II patiek.22	100.00	32.39	15.07	8.79	300
Muštas kiaulienos šnicelis (K)*	II patiek30	100.00	22.8	16.31	12.74	289
Kiaulienos suktinukas su kiaušiniu ir sūriu (G, K, P)*	II patiek.38	120.00	21.58	8.56	11.55	210
Varškės (9proc.) apkepas (tausojantis) (K, P)*	MILT3	150.00	21.15	14.69	19.24	294
Blynai su bananais (G, K, P)*	MILT11	150.00	9.07	15.8	53.32	392
Bulvių košė(tausojantis) (P)*	GAR4	100.00	2.05	3.65	15.18	102
Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais (augalinis)	DARŽ.SAL18	100.00	2.37	5.32	11.83	105
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
Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL17	100.00	1.46	4.61	5.94	71
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais, žalumynais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL22	100.00	1.36	5.22	6.38	78
Daržovių salotos su saldžiąja paprika (augalinis)	DARŽ.SAL21	100.00	2.08	6.2	7.74	95
Vanduo	Gėr7	200.00	0	0	0	0
Pievagrybių padažas (G, P)*	pad	25.00	0.58	1.49	1.59	22
Grietinės padažas (užpildyti) (G, P)*	Pad3	25.00	0.35	3.85	1.09	40
Iš viso:			177.13	134.47	254.84	2938
Iš viso dienos davinio :			177.13	134.47	254.84	2938

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Direktorė
Sveikatos Tiltavinė


3 Savaitė, Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių ir perlinių kruopų sriuba (augalinis)(tausojantis)	SRB9	250.00	6.28	4.7	24.73	166
Šaltibarščiai (P)*	SRB19	250.00	6.48	8.16	9.58	138
Šviesi duona (G)*	UŽK6	30.00	1.59	0.24	16.26	74
Grikių kruopų košė (tausojantis) (P)*	KOS3	150.00	6.59	3.8	31.72	187
Vištienos filė mėsos guliašas I (tausojantis) (G, P)*	II patiek2	150.00	31.8	7.76	6.21	222
Keptas kiaulienos kumpinės mėsos maltinukas (tausojantis) (G, K)*	II patiek5	110.00	23.34	6.72	6.09	178
Muštas kiaulienos šnicelis (K)*	II patiek30	100.00	22.8	16.31	12.74	289
Kepta vištienos filė (kepsnys) (K)*	II patiek.22	100.00	32.39	15.07	8.79	300
Vištienos suktinukas su sūriu ir kiaušiniu (G,K, P)*	II patiek36	120.00	35.38	7.34	12.49	258
Kiaulienos nugarinė užkepta su sūriu ir pomidoru (tausojantis) (P)*	II patiek37	150.00	26.28	13.87	3.57	244
Varškės (9 proc.) pudingas (tausojantis) (K,P)*	MILT6	150.00	21.56	16.51	23.52	329
Spelta miltų Varškės blynėliai (G, K, P)*	Milt17	120.00	16.56	15.95	44.91	389
Virti griokiai	GAR5	100.00	3.54	1.05	23.39	117
Bulvių košė(tausojantis) (P)*	GAR4	100.00	2.05	3.65	15.18	102
Morkų salotos su česnakais ir natūraliu jogurtu(2,5 proc.) (P)*	DARŽ.SAL2	100.00	1.24	0.46	7.89	41
Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL17	100.00	1.46	4.61	5.94	71
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais, žalumynais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL22	100.00	1.36	5.22	6.38	78
Burokėlių salotos (augalinis)	DARŽ.SAL10	100.00	2.12	4.1	12.98	97
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	Gēr7	200.00	0	0	0	0
Grietinės padažas (užpildyti) (G, P)*	Pad3	25.00	0.35	3.85	1.09	40
Iš viso:			248.62	139.57	276.66	3357
Iš viso dienos davinio :			248.62	139.57	276.66	3357

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Direktorius
 Rostislav Litvinov


3 Savaitė, Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių(šv.kopūstų, morkos,svogūnai) sriuba su žaliaisiais žirneliais (tausojantis)	SRB17	250.00	2.25	3.17	13.82	93
Šaltibarščiai (P)*	SRB19	250.00	6.48	8.16	9.58	138
Ruginė duona (G)*	UŽK2	30.00	2.31	0.42	15.75	76
Penkių javų dribsnių košė (tausojantis) (G, P)*	KOS2	150.00	5.9	3.56	25.53	158
Orkaitėje kepti kiaulienos - jautienos kukuliai (tausojantis) (K)*	II patiek.13	110.00	28	9.7	1.23	204
Kiaulienos kumpinės mėsos guliašas2 (tausojantis) (G, P)*	II patiek.12	120.00	22.25	10.36	7.84	214
Kepta vištienos filė (kepsnys) (K)*	II patiek.22	100.00	32.39	15.07	8.79	300
Orkaitėje kepta lašišos filė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis) (Ž)*	II patiek31	120.00	26.16	24.65	0.82	330
Muštas kiaulienos šnicelis (K)*	II patiek30	100.00	22.8	16.31	12.74	289
Kiaulienos suktinukas su kiaušiniu ir sūriu (G, K, P)*	II patiek.38	120.00	21.58	8.56	11.55	210
Virti varškėčiai (9 proc.) (tausojantis) (G, K,P)*	MILT1	150.00	20.45	9.96	37.69	322
Blynėliai su cukinijomis (G, K, P)*	MILT9	140.00	9.93	11.71	44.38	323
Virti makaronai (tausojantis) (G)*	GAR1	100.00	3.74	0.29	32.35	147
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR6	100.00	2.03	0.09	18.53	83
Burokėlių ir obuolių salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL20	100.00	1.24	7.18	10.1	110
Švieži agurkai	DARŽ.SAL4	50.00	0.45	0.1	1.15	7
Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL17	100.00	1.46	4.61	5.94	71
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais, žalumynais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL22	100.00	1.36	5.22	6.38	78
Burokėlių salotos (augalinis)	DARŽ.SAL10	100.00	2.12	4.1	12.98	97
Daržovių salotos su saldžiąja paprika (augalinis)	DARŽ.SAL21	100.00	2.08	6.2	7.74	95
Pievagrybių padažas (G, P)*	pad	25.00	0.58	1.49	1.59	22
Vanduo	Gėr7	200.00	0	0	0	0
Grietinės padažas (užpildyti) (G, P)*	Pad3	25.00	0.35	3.85	1.09	40
Iš viso:			256.29	162.2	302.11	3693
Iš viso dienos davinio :			256.29	162.2	302.11	3693

***Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

3 Savaitė, Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRB16	250.00	2.33	8.5	18.1	158
Šaltibarščiai (P)*	SRB19	250.00	6.48	8.16	9.58	138
Šviesi duona (G)*	UŽK6	30.00	1.59	0.24	16.26	74
Miežinių kruopų košė (tausojantis) (G, P)*	KOS5	150.00	5.71	2.7	28.35	161
Kepta viščiukų broilerių šlaunų mėsa	II patiek32	150.00	30.84	28.04	0.44	377
Užkepti natūralūs kotletai (K, P)*	II patiek21	100.00	19.64	25.75	2.31	320
Troškinta vištienos filė (tausojantis) (G, P)*	II patiek6	140.00	44.89	12.43	3.45	305
Kepta vištienos filė (kepsnys) (K)*	II patiek.22	100.00	32.39	15.07	8.79	300
Vištienos filė kepsnys su sūriu (P)*	II patiek35	120.00	39.39	16.17	1.01	307
Muštas kiaulienos šnicelis (K)*	II patiek30	100.00	22.8	16.31	12.74	289
Blynai su bananais (G, K, P)*	MILT11	150.00	9.07	15.8	53.32	392
Apkepti makaronai su sūriu (G, P)*	MILT19	100.00	10.86	15.6	57.53	414
Virti griekiai	GAR5	100.00	3.54	1.05	23.39	117
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR6	100.00	2.03	0.09	18.53	83
Virtas perlinis kuskusas (tausojantis)(augalinis)	GAR7	100.00	1.5	0.19	9.22	45
Pekino kopūstų-agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL9	100.00	1.15	3.6	4.87	56
Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL17	100.00	1.46	4.61	5.94	71
Švieži pomidorai	DARŽ.SAL5	50.00	5	0.1	2.05	29
Švieži agurkai	DARŽ.SAL4	50.00	0.45	0.1	1.15	7
Burokėlių salotos (augalinis)	DARŽ.SAL10	100.00	2.12	4.1	12.98	97
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais, žalumynais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL22	100.00	1.36	5.22	6.38	78
Vanduo	Gér7	200.00	0	0	0	0
Grietinės padažas (užpildyti) (G, P)*	Pad3	25.00	0.35	3.85	1.09	40
Pievagrybių padažas (G, P)*	pad	25.00	0.58	1.49	1.59	22
Iš viso:			245.53	189.17	299.07	3881
Iš viso dienos davinio :			245.53	189.17	299.07	3881

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Direktoriaus
 parašas ir įspaudas


3 Savaitė, Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su daržovėmis (tausojantis)	SRB7	250.00	3.07	3.93	25.03	148
Šaltibarščiai (P)*	SRB19	250.00	6.48	8.16	9.58	138
Šviesi duona (G)*	UŽK6	30.00	1.59	0.24	16.26	74
Kvietinių kruopų košė (tausojantis) (G, P)*	KOS4	150.00	6.28	2.31	27.96	158
Natūralus maltas kiaušienos šnicelis (K)*	II patiek29	75.00	17.11	6.13	0.47	125
Muštas kiaušienos šnicelis (K)*	II patiek30	100.00	22.8	16.31	12.74	289
Vištienos troškiny su daržovėmis (tausojantis)	II patiek26	100.00	28.38	12.08	6.32	248
Kepta vištienos filė (kepsnys) (K)*	II patiek.22	100.00	32.39	15.07	8.79	300
Kiaušienos nugarinė užkepta su sūriu ir pomidoru (tausojantis) (P)*	II patiek37	150.00	26.28	13.87	3.57	244
Bulvių plokštainis su vištiena (K, P)*	BULV6	200.00	26.18	9.55	46.49	377
Sklindžiai su varške (G, K, P)*	MILT14	160.00	15.94	19.54	52.23	449
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR6	100.00	2.03	0.09	18.53	83
Morkų salotos su alyvuogių aliejumi	DARŽ.SAL7	100.00	1	3.52	9.13	72
Burokėlių ir obuolių salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL20	100.00	1.24	7.18	10.1	110
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
Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais, žalumynais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL22	100.00	1.36	5.22	6.38	78
Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL17	100.00	1.46	4.61	5.94	71
Grietinė 30 proc. (P)*	Pad2	15.00	0.35	4.5	0.45	44
Kefyras 2,5 proc. (P)*	Gér4	200.00	6.8	5	9.8	111
Vanduo	Gér7	200.00	0	0	0	0
Pievagrybių padažas (G, P)*	pad	25.00	0.58	1.49	1.59	22
Grietinės padažas (užpildyti) (G, P)*	Pad3	25.00	0.35	3.85	1.09	40
Iš viso:			207.12	142.85	275.65	3217
Iš viso dienos davinio :			207.12	142.85	275.65	3217

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Dieta
Sveikata
Lytis
Jovanna

3 Savaitė, Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	SRB6	250.00	4.02	4.4	18.43	129
Šaltibarščiai (P)*	SRB19	250.00	6.48	8.16	9.58	138
Šviesi duona (G)*	UŽK6	30.00	1.59	0.24	16.26	74
Avižinių dribsnių košė (tausojantis) (G, P)*	KOS1	150.00	7.04	4.87	26.43	178
Riebios ir liesos žuvies maltinukas (K, P, Ž)*	II patiek16	110.00	23.14	16.44	12.09	289
Kepta vištienos filė (kepsnys) (K)*	II patiek.22	100.00	32.39	15.07	8.79	300
Vištienos suktinukas su sūriu ir kiaušiniu (G, K, P)*	II patiek36	120.00	35.38	7.34	12.49	258
Kalakutienos guliašas (tausojantis) (G, P)*	II patiek27	90.00	14.91	5.29	4.83	127
Muštas kiaušienos šnicelis (K)*	II patiek30	100.00	22.8	16.31	12.74	289
Žemaičių blynai su kiaušiena (tausojantis) (G, K)*	BULV5	200.00	16.17	8	34.22	274
Varškės (9 proc.) ir ryžių apkepas (tausojantis) (K, P)*	MILT4	150.00	16.33	13.35	21.31	271
Spelta miltų sklindžiai su obuoliais (G, K, P)*	MILT16	150.00	9.44	16.68	49.1	384
Bulvių košė(tausojantis) (P)*	GAR4	100.00	2.05	3.65	15.18	102
Virtos perlinės kruopos garnyrui	GAR2	100.00	3.61	0.64	26.89	128
Burokėlių salotos (augalinis)	DARŽ.SAL10	100.00	2.12	4.1	12.98	97
Marinuoti agurkai	DARŽ.SAL16	30.00	0.84	0	0.39	5
Švieži pomidorai	DARŽ.SAL5	50.00	5	0.1	2.05	29
Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL17	100.00	1.46	4.61	5.94	71
Pekino kopūstų-agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	DARŽ.SAL9	100.00	1.15	3.6	4.87	56
Vanduo	Gėr7	200.00	0	0	0	0
Grietinės padažas (užpildyti) (G, P)*	Pad3	25.00	0.35	3.85	1.09	40
Iš viso:			206.27	136.7	295.66	3238
Iš viso dienos davinio :			206.27	136.7	295.66	3238

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Direktoriaus
 patvirtinimą
