

ŠALČININKŲ R. EIŠIŠKIŲ GIMNAZIJA

Eišiškių m. LT-17169, Vilniaus g.81, tel.8(380)56471

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

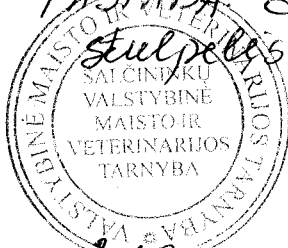
4-6 METŲ VAIKAMS

Gimnazijos darbo laikas
(Priešmokyklinio ugdymo grupė)
Nuo 8:00 iki 15:00



Direktorius Robert Sliževski

*PASTABA: Suderintame valgiaraštyje nenurodytas
Stulpelis "Receptūros Nr."*



2019-03-25 Valgiaraščio vertinimo pažyma Nr. WP-9323

1 savaitė pirmadienis

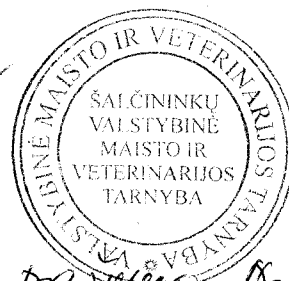
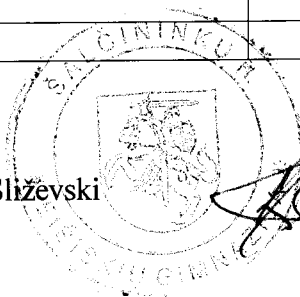
PUSRYČIAI : 9:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kietagrūdžių kviečių makaronai su sviestu 82% (Tausojantis)	150/6	8,34	4,85	44,04	253,29
Nesaldinta arbata „Čiobrelių“	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Plėšomos sūrio dešrelės „Pik-Nik“	20	5,3	4,2	0,07	59,0
Sezoniniai vaisiai	100	0,04	0,04	13,0	57,10
	Iš viso:	13,68	9,09	57,11	369,39

PIETŪS : 12:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis, morkomis (Augalinis)	150	3,10	3,46	24,34	140,99
Avižinių kruopų ir kiaulienos išpjovos troškiny (Tausojantis)	124/56	17,46	9,50	32,86	286,87
Vanduo su citrina	200/7	0,05	0,02	0,64	3,02
Agurkai švieži	50	0,5	0,0	0,5	8,5
Pomidorai švieži	50	1,5	1,0	0,5	8,0
Plėšomos sūrio dešrelės „Pik-Nik“	20	5,3	4,2	0,07	59,0
		27,91	18,18	58,91	506,38
Iš viso dienos davinio:		41,59	27,27	116,02	875,77

Direktorius Robert Sliževski



1

2019-03-25 Valgiarašėio vertinimo pažyma Nr. VP-9323

1 savaitė antradienis

PUSRYČIAI : 9:00 val.

(4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45%	40/5/35	11,49	14,26	19,15	200,98
Nesaldinta arbata „ramunėlių“	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	200	0,75	0,75	26,0	114,36
Plėšomos sūrio dešrelės „Pik-Nik“	20	5,3	4,2	0,07	59,0
	Iš viso:	17,54	16,44	45,22	374,34

PIETŪS : 12:00 val.

(4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (Augalinis)	150	3,9	3,3	15,0	105,2
Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (bulvės, morkos, žirneliai, kopūstai) troškinys (Tausojantis)	83/97	19,35	8,55	20,8	237,6
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir marinuotais agurkais (Augalinis)	110	2,1	7,8	9,7	117,8
Vanduo su citrina	200/7	0,05	0,02	0,64	3,02
Sezoniniai vaisiai	100	0,4	0,4	13,0	57,22
	Iš viso:	25,8	20,07	59,17	520,84
Iš viso dienos davinio:		43,34	36,51	104,39	895,18

Direktorius Robert Slizovskis



2

2019-03-25 Valgiarašėio vertinimo pažyma Nr. VVP-9320

1 savaitė trečiadienis

PUSRYČIAI : 9:00 val.

(4-6m)

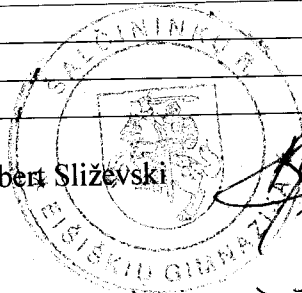
Patiekalo pavadinimas	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta manų koše su sviestu 82%(Tausojantis)	200/2	5,82	3,95	26,37	164,36
Nesaldinta arbata "Mėtų"	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Plėšomos sūrio dešrelės „Pik-Nik“	40	10,6	8,4	0,14	118,0
Sezoniniai vaisiai	100	0,4	0,4	13,0	57,2
	Viso:	16,82	12,75	39,51	339,56

PIETŪS : 12:00 val.

(4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (Augalinis)	150	4,9	4,2	19,7	135,9
Kiaulienos ir morkų troškiny su porais (Tausojantis)	78/22	17,72	10,25	4,72	182,09
Grikių koše su sviestu 82% (Tausojantis)	100/5	3,16	2,01	17,3	100,11
Švieži pomidorai	60	0,1	0,0	0,2	1,3
Agurkų salotos su nesaldintu jogurtu 2,5%	140	2,1	0,9	3,9	32,4
Vanduo su citrina	200/7	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	100	0,4	0,4	13,0	57,2
	Viso:	28,38	17,76	58,82	509,0
Iš viso dienos davinio:		45,20	30,51	98,33	848,56

Direktorius Robert Sliževski



2019-03-25 Valgiaraišio vertinimo pažyma №. VVP-9323

1 savaitė ketvirtadienis

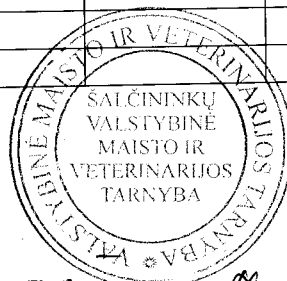
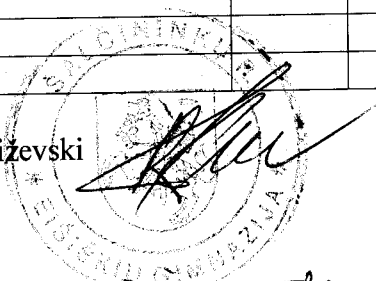
PUSRYČIAI : 9:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su svogūnu laiškais (Tausojantis)	135/5	13,07	14,4	1,14	186,55
Nesaldinta arbata „Mėtų“	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	120	0,48	0,48	15,60	68,64
Jogurtas 2,5%	125	3,75	3,12	14,0	100,0
	Iš viso:	17,3	18,0	30,74	355,19

PIETŪS : 12:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (Augalinis)	150	1,87	4,57	11,4	94,35
Varškės apkepas (Varškė 9%)(Tausojantis)	100	14,95	9,08	17,82	214,36
Nesaldintas jogurtas 2,5%	30	1,2	0,9	1,2	16,8
Nesaldinta „Čiobrelių“ arbata	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Pekino kopūstų salotos su agurkais (Augalinis)	70	0,75	6,90	3,09	72,85
Viso grūdo duona	30	2,7	0,0	14,1	70,2
	Iš viso:	21,47	21,45	47,61	468,56
Iš viso dienos davinio:		38,77	39,45	78,35	823,75

Direktorius Robert Slizevski



2019-03-25 Valgymas vertinimo pasyvia Nr. MP-9323

1 savaitė penktadienis

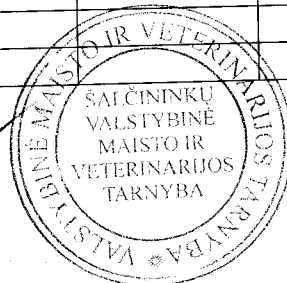
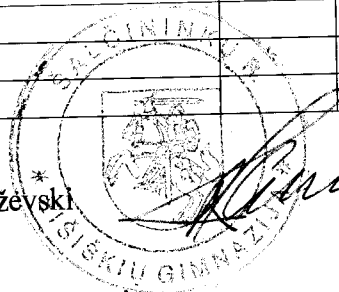
PUSRYČIAI : 9:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniškų dešrelės (Aukšč. rūšies) (Tausojantis)	70	9,1	15,4	0,35	176,4
Viso grūdo duona	30	2,7	0,0	14,1	70,2
Pomidorai švieži	50	0,08	0,0	0,16	1,08
Nesaldinta arbata „Čiobrelų“	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	100	0,4	0,4	13,0	57,2
Plėšomos sūrio dešrelės „Pik-Nik“	20	5,3	4,2	0,07	59,0
	Iš viso:	17,58	20,0	27,68	363,88

PIETŪS : 12:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (Augalinis)	150	1,35	6,35	13,95	118,25
Žuvies paplotėlis (Tausojantis)	90	15,94	4,30	1,82	109,83
Perlinių kruopų koše su sviestu 82%(Tausojantis)	100/5	3,43	1,45	26,32	132,10
Burokėlių salotos su žirneliais ir marinuotais agurkais (Augalinis)	110	2,09	7,79	5,69	117,79
Nesaldinta arbata „Pankolių“	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Plėšomos sūrio dešrelės	20	5,3	4,2	0,07	59,0
	Iš viso:	28,11	24,09	47,85	536,97
Iš viso dienos davinio:		45,69	44,09	75,53	900,85

Direktorius Robert Sliževski



2019-03-25 Valgeirašcio Vertinimo Paslyma Nr. WP-9323

2 savaitė pirmadienis

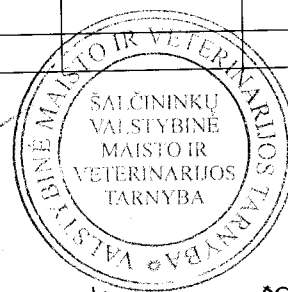
PUSRYČIAI : 9:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų koše su sviestu 82%(Tausojantis)	200/10	6,32	4,02	34,6	200,22
Nesaldinta arbata „Mėtų“	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	100	0,4	0,4	13,0	57,10
Plėšomos sūrio dešrelės „Pik-Nik“	40	10,6	8,4	0,14	118,0
	Iš viso:	17,32	12,82	47,74	375,32

PIETŪS : 12:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (Augalinis)	150	3,9	3,3	15,0	105,2
Kalakutienos šlaunelių mėsos plovai (Tausojantis)	100/80	27,10	17,38	26,76	372,03
Pomidorai švieži	50	1,5	1,0	0,5	8,0
Agurkai švieži	50	0,5	0,0	0,5	8,5
Nesaldinta arbata „Mėtų“	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	100	0,4	0,4	13,0	57,10
	Iš viso:	33,4	22,08	55,76	550,83
Iš viso dienos davinio:		50,72	34,90	103,5	926,15

Direktorius Robert Slíževski



2019-03-25 Valgytuvos vertinimo pažyma Nr. VOP-932B

2 savaitė antradienis

PUSRYČIAI : 9:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išeiğa g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su svogūnų laiškais (Tausojantis)	135/5	13,07	14,4	1,14	186,55
Nesaldinta arbata „Mėtų“	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	150	0,6	0,6	19,5	85,8
Jogurtas 2,5%	125	3,75	3,12	14,0	100,0
	Iš viso:	17,42	18,12	34,64	372,35

PIETŪS: 12:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išeiğa g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir kopūstais (Augalinis)	150	4,26	1,85	16,09	98,07
Kiaulienos išpjovos ir daržovių (bulvė, morka) troškiny (Tausojantis)	60/110	14,59	5,22	16,65	171,99
Pekino kopūstų salotos su agurkais (Augalinis)	100	1,07	9,86	4,42	104,08
Nesaldinta arbata „Čiobrelių“	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Plėšomos sūrio dešrelės „Pik-Nik“	20	5,3	4,2	0,07	59,0
Viso grūdo duona	30	2,7	0,0	14,1	70,20
		27,92	21,13	51,33	503,34
Iš viso dienos davinio:		45,34	39,25	85,97	875,69

Direktorius Robert Sliževski



2 savaitė trečiadienis

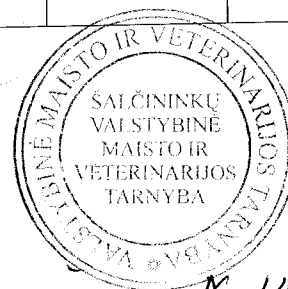
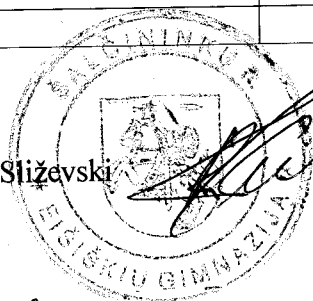
PUSRYČIAI : 9:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo avižų kruopų košė su sviestu 82% (Tausojantis)	150/3	4,98	4,27	24,32	155,64
Nesaldinta arbata „Ramunėlių“	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	100	0,4	0,4	13,0	57,2
Varškės sūrelis 8,3%	100	14,8	8,3	10,3	176,0
	Iš viso:	20,18	12,97	47,62	388,84

PIETŪS : 12:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (Augalinis)	150	2,14	4,82	17,41	121,64
Varškės (varškė 9%) apkepas su sorų kruopomis (Tausojantis)	128/32	16,58	16,09	25,70	314,02
Nesalintas jogurtas	30	1,2	0,9	1,2	16,8
Negazuotas mineralinis vanduo	1 vnt	0,0	0,0	0,0	0,0
Pekino kopūstų salotos su agurkais (Augalinis)	70	0,75	6,90	3,09	72,85
	Iš viso:	20,67	28,71	47,4	525,31
Iš viso dienos davinio:		40,85	41,68	95,02	914,15

Direktorius Robert Slizėvski



2019-03-25 Valgiarasio vertinimo pažyma Nr. VVP-9323

2 savaitė ketvirtadienis

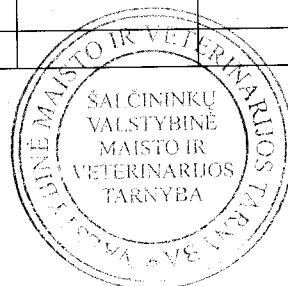
PUSRYČIAI : 9:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta manų kruopų koše su sviestu (Tausojantis)	200/2	5,82	3,95	26,37	164,36
Nesaldinta arbata „Mėlisų“	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Plėšomos sūrio dešrelės „Pik-Nik“	40	10,6	8,4	0,14	118,0
Sezoniniai vaisiai	100	0,4	0,4	13,0	57,1
	Iš viso:	16,82	12,75	39,51	339,46

PIETŪS : 12:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronų sriuba su bulvėmis (Augalinis)	150	3,73	5,10	20,73	143,78
Troškinta kalakuto šlaunelių mėsa su daržovėmis (Tausojantis)	75/30	20,67	13,19	2,67	209,78
Grikių koše su sviestu 82% (Tausojantis)	100/5	3,16	2,01	17,3	100,11
Pekino kopūstų salotos su agurkais (Augalinis)	100	1,08	9,86	4,42	104,08
Nesaldinta arbata „Ramunėlių“	200	0,0	0,0	0,0	0,0
	Iš viso:	28,64	30,16	45,12	557,75
Iš viso dienos davinio:		45,46	42,91	84,63	897,21

Direktorius Robert Slizėvski



2019-03-25 Valgytuvos vertinimo pažyma №. VVP-9325

2 savaitė penktadienis

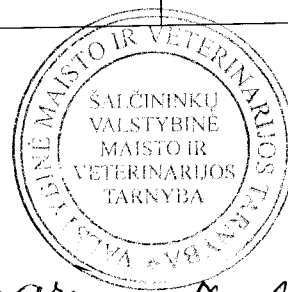
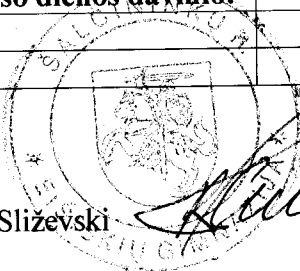
PUSRYČIAI : 9:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Viso grūdo avižių kruopų koše su obuoliais, cinamonu ir sviestu 82% (Tausojantis)	138,75/9/0,75/1,5	4,83	3,59	25,07	152,0
Nesaldinta arbata „Ramunėlių“	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Plėšomos sūrio dešrelės „Pik-Nik“	20	5,3	4,2	0,07	59,0
Sezoniniai vaisiai	200	0,8	0,8	26,0	114,4
	Iš viso:	10,93	8,9	51,14	325,4

PIETŪS : 12:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (Augalinis)	150	1,50	3,15	11,35	79,81
Žuvies paplotėlis su cukinija (Tausojantis)	84/36	17,02	7,51	7,82	153,52
Perlinių kruopų koše su sviestu 82% (Tausojantis)	100/5	3,43	1,45	26,32	132,10
Burokėlių salotos su žirneliais ir marinuotais agurkais (Augalinis)	100	1,90	7,08	8,81	107,08
Negazuotas mineralinis vanduo	1 vnt	0,00	0,00	0,00	0,00
Plėšomos sūrio dešrelės „Pik-Nik“	20	5,3	4,2	0,07	59,00
	Iš viso:	29,15	23,39	54,37	531,51
Iš viso dienos davinio:		40,08	32,29	105,51	856,91

Direktorius Robert Slizėvski



10

2019-03-25 Valgytuvos vertinimo pažyma Nr. VNP-9323

3 savaitė pirmadienis

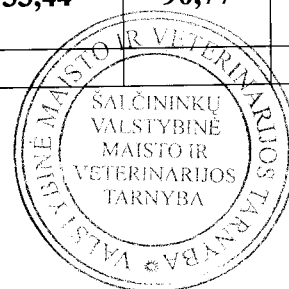
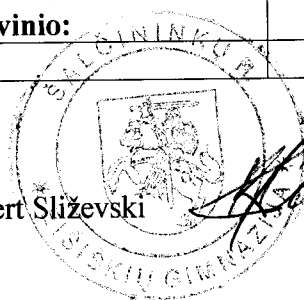
PUSRYČIAI : 9:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniškės dešrelės (Aukšč.rūšies) (Tausojantis)	70	9,1	15,4	0,35	176,4
Nesaldinta arbata „Ramunėlių“	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Marinuoti agurkai	100	0,8	0,0	4,9	27,0
Viso grūdo duona	30	2,7	0,0	14,1	70,20
Plėšomos sūrio dešrelės „Pik-Nik“	20	5,3	4,2	0,07	59,00
	Iš viso:	17,9	19,6	19,42	332,60

PIETŪS : 12:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (Augalinis)	150	4,89	4,18	19,66	135,87
Kalakuto šlaunelių guliašas pomidorų padaže (Tausojantis)	60/100	19,08	6,09	10,27	161,55
Ryžių košė su sviestu 82% (Tausojantis)	100/5	2,53	2,17	27,42	139,4
Švieži agurkai	50	0,5	0,0	0,5	8,5
Švieži pomidorai	50	1,5	1,0	0,5	8,0
Sezoniniai vaisiai	100	0,4	0,4	13,0	57,1
Negazuotas mineralinis vanduo	1 vnt	0,0	0,0	0,0	0,0
	Iš viso:	28,9	13,84	71,35	510,42
Iš viso dienos davinio:		46,8	33,44	90,77	843,02

Direktorius Robert Slizevski



11

2019-03-25 Valgiarašėio vertinimo pažyma Nr. VVP-9323

3 savaitė antradienis

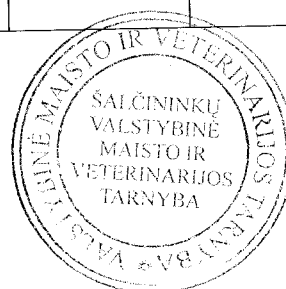
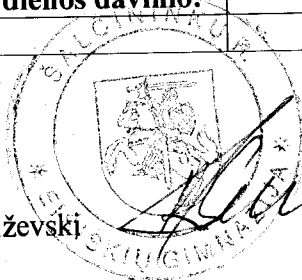
PUSRYČIAI: 9:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su svogūnų laiškais (Tausojantis)	135/5	13,07	14,4	1,14	186,55
Nesaldinta arbata „Mėtų“	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Plėšomos sūrio dešrelės „Pik-Nik“	40	10,6	8,4	0,14	118,0
Sezoniniai vaisiai	100	0,4	0,4	13,0	57,2
	Iš viso:	24,07	23,2	14,28	361,75

PIETŪS : 12:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (Augalinis)	150	2,37	3,36	16,24	104,76
Grietinėleje 36% troškinta vištienos krūtinėlė su morkomis ir kmynais (Tausojantis)	27/112/41	23,75	5,01	3,84	155,48
Perlinių kruopų košė su sviestu 82% (Tausojantis)	100/5	3,43	1,46	26,32	132,10
Šviežių kopūstų salotos (Augalinis)	100	1,02	5,28	5,33	72,96
Vanduo su citrina	200/7	0,05	0,02	0,64	3,02
Sezoniniai vaisiai	100	0,4	0,4	13,0	57,2
	Iš viso:	30,12	16,24	66,47	532,82
Iš viso dienos davinio:		54,19	39,44	80,75	894,57

Direktorius Robert Sliževski



12

2019-03-25 Valgiaraščių vertinimo pažyma T02.VVP-932B

3 savaitė trečiadienis

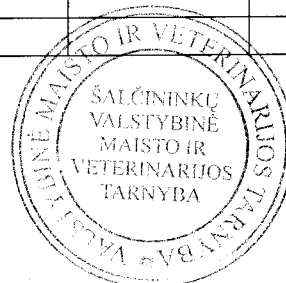
PUSRYČIAI : 9:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Viso grūdo aviųžų kruopų košė su sviestu 82% (Tausojantis)	200/3	6,64	5,69	32,42	207,52
Nesaldinta arbata „Mėtų“	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Plėšomos sūrio dešrelės „Pik-Nik“	20	5,3	4,2	0,07	59,0
	Iš viso:	12,54	10,49	51,99	352,32

PIETŪS : 12:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (Augalinis)	150	1,87	4,57	11,4	94,35
Orkaitėje kepti kiaulienos kotletas (Tausojantis)	75	12,8	13,6	13,33	224,52
Grikių košė su sviestu 82% (Tausojantis)	100/5	3,16	2,01	17,3	100,11
Marinuoti agurkai	100	0,8	0,0	4,9	27,0
Nesaldinta arbata „Ramunėlių“	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	100	0,4	0,4	13,0	57,2
	Iš viso:	19,03	20,58	59,93	503,18
Iš viso dienos davinio:		31,57	31,07	111,92	855,5

Direktorius Robert Sliževski



3 savaitė ketvirtadienis

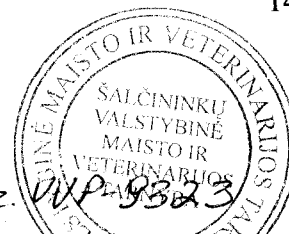
PUSRYČIAI : 9:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių koše su sviestu 82% (Tausojantis)	200/10	6,32	4,02	34,67	200,23
Nesaldinta arbata „Mėtų“	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Plėšomos sūrio dešrelės „Pik-Nik“	40	10,6	8,4	0,14	118,0
Sezoniniai vaisiai	80	0,32	0,32	10,4	45,76
	Iš viso:	17,24	12,74	45,21	363,99

PIETŪS : 12:00 val. (4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (Augalinis)	150	3,88	3,29	14,98	105,16
Su garais kepti varškėčiai (varškė9%) su morkomis (Tausojantis)	145/15	23,38	13,21	22,63	303,08
Nesaldintas natūralus jogurtas 2,5%	30	1,2	0,9	1,2	16,8
Negazuotas mineralinis vanduo	1 vnt	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	80	0,32	0,32	10,40	45,76
Šviežių kopūstų salotos su morkomis(Augalinis)	50	2,36	5,61	4,61	78,42
	Iš viso:	31,14	23,33	53,82	549,22
Iš viso dienos davinio:		48,38	36,07	99,03	913,21

Direktorius Robert Slizewski



2019-03-25 Valgiaraščio vertinimo pažyma Nr. VVP-93023

3 savaitė penktadienis

PUSRYČIAI : 9:00 val.

(4-6m)

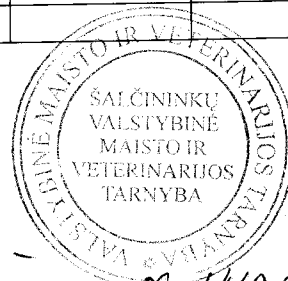
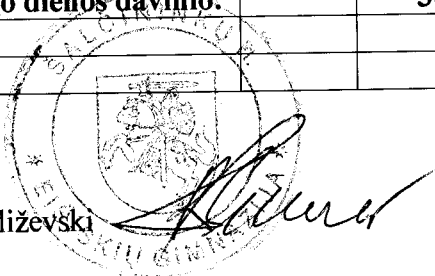
Patiekalo pavadinimas	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta manų kruopų košė su sviestu 82%(Tausojantis)	200/2	5,82	3,95	26,37	164,36
Nesaldinta arbata „Mėtų“	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Jogurtas 2,5%	125	3,75	3,12	14,0	100,0
Sezoniniai vaisiai	150	0,6	0,6	19,5	85,80
	Iš viso:	10,17	7,67	59,87	350,16

Pietūs : 12:00 val.

(4-6m)

Patiekalo pavadinimas	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
		baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir kopūstais (Augalinis)	150	4,26	1,85	16,09	98,07
Kepta su garais riebi žuvis(lašiša) (Tausojantis)	50	8,58	11,32	0,25	137,21
Virti kietagrūdžių kviečių makaronai su sviestu 82%(Tausojantis)	100/4	5,56	3,23	29,36	168,86
Burokėlių salotos su žirneliais ir marinuotais agurkais (Augalinis)	100	1,9	7,08	5,17	107,08
Vanduo su citrina	200/7	0,05	0,02	0,64	3,02
	Iš viso:	20,35	23,50	51,51	514,24
Iš viso dienos davinio:		30,52	31,17	111,38	864,40

Direktorius Robert Slizėvski



15

2019-03-25 Valgiaraščio vertinimo pažyma Nr. VP-9323