

VILKAVIŠKIO RAJONO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

S. Nėries g. 1, Vilkaiviškis

15 **DIENŲ VALGIARAŠTIS**
(nurodyti dienų skaičių)

6-10 m.
(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Pirmadienis–ketvirtadienis
Nuo 8.00 iki 17.00 val.
Penktadienis
Nuo 8.00 iki 15.45 val.
Pietų pertrauka
Nuo 12.00 iki 12.45 val.



Vilkaiviškio r. Gražiškių gimnazijos
Direktorė
Grita Launikonė



Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo 3 priedas

**VALSTYBINĖS MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBOS
VILKAVIŠKIO VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA**
(teritorinio padalinio pavadinimas)

VALGIARAŠČIO VERTINIMO PAŽYMA
2019 m. spalio 11 d. Nr. VVP-10527

Vilkaviškio r. Keturvalakių mokyklos-daugiafunkcinio centro Liepų g. 39, Keturvalakių k., Keturvalakių sen., Vilkaviškio r. sav., Vilkaviškio r. Gražiškių gimnazijos, Sūduvos g. 21a, Gražiškių mstl., Vilkaviškio r. sav. Vilkaviškio r. Virbalio pagrindinės mokyklos Vilniaus g. 17, Virbalis, Vilkaviškio r. sav., Vilkaviškio r. Gižų Kazimiero Baršausko mokyklos-daugiafunkcinio centro Birutės g. 1, Gižų k., Gižų sen., Vilkaviškio r. sav., Vilkaviškio r. Alvito mokyklos-daugiafunkcinio centro Maldėnų g. 4, Maldėnų k., Šeimenos en., Vilkaviškio r. sav., Vilkaviškio r. Kybartų „Saulės“ progimnazijos J. Basanavičiaus g. 90, Kybartai, Vilkaviškio r. sav.
(valgiaraštį teikiančios derinti įmonės arba įstaigos pavadinimas, adresas)

1. Įvertinta 6-10 metų vaikų amžiaus grupės

(1-3 m.; 4-7 m.; 6-10 m.; 11 m. ir vyresni ir kt.) (rašyti tinkamą)

pusryčių / priešpiečių / pietų / pavakarių / vakarienės-valgiaraštis.

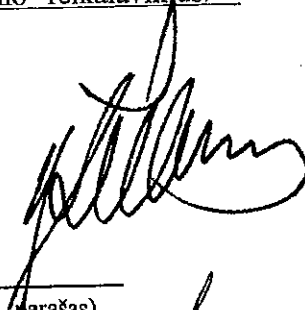
(nereikalingą išbraukti)

Nustatytos neatitiktys (teisės akto pavadinimas, straipsnis, dalis, punktas, papunktis ar kt.):
Neatitiktį nenumatyta. Vertinimui pateiktas 15 dienų valgiaraštis 11 metų ir vyresni amžiaus vaikams atitinka Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo, patvirtinto Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2018 m. balandžio 10 d. įsakymu Nr. V-394 „Dėl vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo patvirtinimo“ ir Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo, patvirtinto Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos direktoriaus 2018 m. birželio 29 d. įsakymu Nr. B1-593 „Dėl Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos direktoriaus 2015 m. birželio 22 d. įsakymo Nr. B1-610 „Dėl vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo patvirtinimo“ pakeitimo“ reikalavimus.

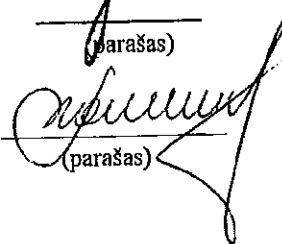
Vertinimo išvada: suderinta / nesuderinta
(nereikalingą išbraukti)

Vertinimą atliko:
Viršinininkas – valstybinis
veterinarijos inspektorius

Vyriausioji specialistė –
maisto produktų inspektorė
(vertinimą atlikusio asmens pareigos)



(parašas)



(parašas)

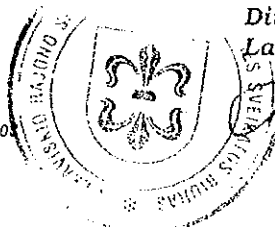
Kastytis Stankus
(vardas ir pavardė)

Vilija Vasiliauskienė
(vardas ir pavardė)

1 savaitė
Pirmadienis



Grita Launikonė
Vilkaiviškio r. Gražiškių gimnazijos
Direktorė
Grita Launikonė
Pietūs



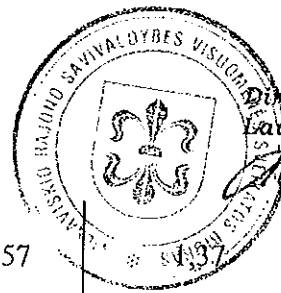
Direktorė
Laura Šadauskienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	4SR-4-7	150 (108/42)	1,50	5,36	14,72	113,14
Kalakutienos kukulis (tausojantis)	24AK	90	16,25	7,01	1,33	133,41
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	1GR-4-7	90	1,85	0,09	16,96	76,11
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	6SA	20	0,16	0,04	0,46	2,84
Šviežių kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais (augalinis)	58SA	30 (15/15)	0,36	2,57	1,37	30,08
Morkų ir obuolių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	23SA	50 (47,15/ 2,85)	0,35	2,98	5,01	48,24
Kefyras (2,5%)	4G-000	100	4,00	3,00	5,00	63,00
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	21V	175	1,37	0,42	19,65	87,85
Plėšoma sūrio lazdelė	10PP	20	5,12	4,10	3,80	72,58
		Iš viso:	30,96	25,57	68,30	627,25

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	4SR-4-7	150 (108/42)	1,50	5,36	14,72	113,14
Ruginė duona (pilno grūdo)	8D	20	1,50	0,30	8,56	42,94
Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (bulvės, morkos, žirneliai, kopūstai) troškiny (tausojantis)	25AK1	180 (69,3/ 110,7)	19,11	8,57	20,80	236,73
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	6SA	20	0,16	0,04	0,46	2,84





Direktorė
Laura Sadauskienė

Šviežių kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais (augalinis)	58SA	30 (15/15)	0,36	2,57		30,08
Morkų ir obuolių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	23SA	50 (47,15/ 2,85)	0,35	2,98	5,01	48,24
Kefyras (2,5%)	4G-000	100	4,00	3,00	5,00	63,00
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	21V	175	1,37	0,42	19,65	87,85
Iš viso:			28,35	23,24	75,57	624,82

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	4SR-4-7	150 (108/42)	1,50	5,36	14,72	113,14
Pupelių-daržovių (bulvės, morkos, brokoliai, paprikos) troškiny (augalinis) (tausojantis)	26AK	180 (72/108)	10,86	6,82	34,83	244,19
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	6SA	20	0,16	0,04	0,46	2,84
Šviežių kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais (augalinis)	58SA	30 (15/15)	0,36	2,57	1,37	30,08
Morkų ir obuolių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	23SA	50 (47,15/ 2,85)	0,35	2,98	5,01	48,24
Kefyras (2,5%)	7G	150	6,00	4,50	7,50	94,50
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	21V	175	1,37	0,42	19,65	87,85
Iš viso:			20,60	22,69	83,54	620,84



Vilkauskio r. Gražiškių gimnazijos
direktorė

Grita Launikonė

Grita Launikonė

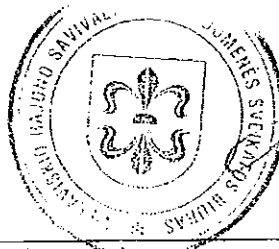


1 savaitė
Antradienis



Spaustu
Vilkaviškio r. Gražiškių gimnazijos
direktorė
Grita Launikonė

Pietūs



Direktorė
Laura Sadauskienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	2SR-4-7	150	3,89	6,28	14,98	132,03
Ruginė duona (pilno grūdo)	8D	20	1,50	0,30	8,56	42,94
Kepta su garais riebi žuvis (lašiša, skumbė, šamas) su provanso žolelėmis (tausojantis)	7AK-4-7	70	12,28	15,86	0,69	194,64
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis) arba Kukurūzų kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	1GR-4-7 arba 27GR	90	2,06	0,57	18,73	88,33
Virtų burokėlių salotos su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	24SA	40 (34,06/5,94)	0,60	2,44	3,61	38,88
Pjaustytos paprikos	13SA-000	40	0,40	0,00	2,40	11,20
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	59SA	20 (18,9/1,1)	0,19	1,16	1,01	15,20
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	7V	200	1,56	0,48	22,46	100,40
Nesaldinta arbata (juodoji, ramunėlių, čiobrelių, juodųjų serbentų, mėtų, melisos, pankolių, erškėtrožių vaisių, kinrožės, kmynų)	1G-4-7	200	0,00	0,00	0,00	0,00
		Iš viso:	22,48	27,09	72,44	623,615





Launikonė

Vilkauskio r. Gražiškių gimnazijos

direktoriė

Gitė Launikonė



Direktoriė

Laura Sadauskienė

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	2SR-4-7	150	3,89	6,28	14,98	132,03
Keptas žuvies (jūros lydeka) kotletas (tausojantis)	28AK	110	21,47	3,81	6,40	145,79
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis) arba Kukurūzų kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	1GR-4-7 arba 27GR	90	2,06	0,57	18,73	88,325
Virtų burokėlių salotos su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	24SA	40 (34,06/5,94)	0,60	2,44	3,61	38,88
Pjaustytos paprikos	13SA-000	40	0,40	0,00	2,40	11,20
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	59SA	20 (18,9/1,1)	0,19	1,16	1,01	15,20
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	7V	200	1,56	0,48	22,46	100,40
Nesaldinta arbata (juodoji, ramunėlių, čiobrelėlių, juodųjų serbentų, mėtų, melisos, pankolių, erškėtrožių vaisių, kinrozės, kmynų)	1G-4-7	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Plėšoma sūrio lazdelė	10PP	20	5,12	4,10	3,80	72,58
		Iš viso:	35,29	18,84	73,39	604,41





Vilkauskio r. Gražiskiu gimnazijos
Direktorė
Gita Launikonė



Direktorė
Laura Sadauskiene

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška	Patiekalo maistinė vertė g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	2SR-4-7	150	3,89	6,28	14,98	132,03
Žuvies (menkė, jūros lydeka) užkepėlė su daržovėmis (tausojantis)	36AK	200 (100/100)	21,73	4,69	15,19	189,95
Pieno (2,5%) padažas	1PA-001	30	0,73	2,84	1,96	36,32
Virtų burokėlių salotos su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	24SA	40 (34,06/5,94)	0,60	2,44	3,61	38,88
Pjaustytos paprikos	13SA-000	40	0,40	0,00	2,40	11,20
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	59SA	20 (18,9/1,1)	0,19	1,16	1,01	15,20
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	7V	200	1,56	0,48	22,46	100,40
Nesaldinta arbata (juodoji, ramunėlių, čiobrelėlių, juodųjų serbentų, mėtų, melisos, pankolių, erškėtrožių vaisių, kinrozės, knynų)	1G-4-7	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Plėšoma sūrio lazdelė	10PP	20	5,12	4,10	3,80	72,58
		Iš viso:	34,22	21,99	65,41	596,56



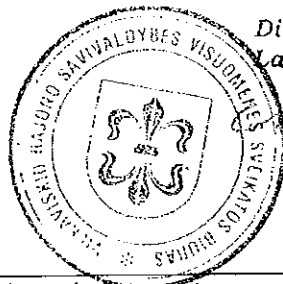
I savaitė
Trečiadienis



Grita Launikonė

Vilkauskio R. Gražiškių gimnazijos
Grita Launikonė

Pietūs



Direktorė
Laura Sadauskienė

Laura Sadauskienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	3SR	100	1,75	4,15	9,90	83,98
Kepti kiaulienos kukuliai (tausojantis)	6AK-4-7	80	13,33	8,05	6,95	153,61
Biri perlinių kruopų košė su sviestu 82% (tausojantis) arba Virti viso grūdai makaronai su sviestu 82%	3GR-11 arba 26GR	90 arba 80	3,78	1,96	23,60	127,16
Pomidorų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	25SA	30 (25/5)	0,26	0,06	1,47	7,51
Raugintų kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	15SA	50 (46,5/3,5)	0,43	3,54	3,00	45,63
Salotos	13SA-002	20	0,24	0,00	0,36	2,40
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	21V	175	1,37	0,42	19,65	87,85
Kefyras (2,5%)	4G-000	100	4,00	3,00	5,00	63,00
Plėšoma sūrio lazdelė	10PP	20	5,12	4,10	3,80	72,58
		Iš viso:	30,275	25,28	73,73	643,72

Pietūs II variantas

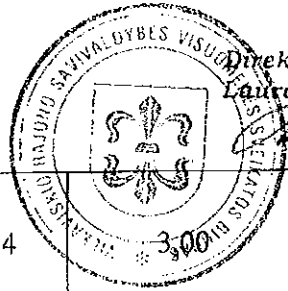
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	3SR	100	1,75	4,15	9,90	83,98
Grikių ir kiaulienos troškiny (tausojantis)	3AK-4-7	150 (112,5/37,5)	12,27	7,10	40,29	274,15
Pomidorų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	25SA	30 (25/5)	0,26	0,06		





Launikonė

Vilkaiviškio r. Gražiškių gimnazijos
direktorė
Grita Launikonė



Direktorė
Laura Sadauskienė

Raugintų kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	15SA*	50 (46,5/3,5)	0,43	3,54	3,00	45,63
Salotos	13SA-002	20	0,24	0,00	0,36	2,40
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	21V	175	1,37	0,42	19,65	87,85
Kefyras (2,5%)	4G-000	100	4,00	3,00	5,00	63,00
Plėšoma sūrio lazdelė	10PP	20	5,12	4,10	3,80	72,58
Iš viso:			25,44	22,37	83,47	637,10

Pietūs III variantas

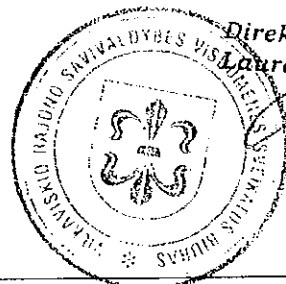
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	3SR-4-7	150	2,63	5,23	14,86	117,02
Ruginė duona (pilno grūdo)	8D	20	1,50	0,30	8,56	42,94
Viso grūdo avižinių dribsnių blynėliai su obuoliais	10K-6-10	120 (104,4/ 15,6)	6,99	10,33	33,20	253,74
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	4PP-4-7	20	1,00	0,60	1,00	13,40
Uogų užpilas	2PA-4-7	20	0,18	0,01	2,60	11,16
Morkų ir cukinijų salotos su apelsinų sulčių užpilu (augalinis)	60SA	50	0,87	2,73	2,10	36,50
Švieži agurkai	19SA	50	0,40	0,10	1,15	7,10
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	21V	175	1,37	0,42	19,65	87,85
Pienas (2,5%)	3G	120	3,91	3,00	5,59	65,02
Iš viso:			18,85	22,72	88,97	634,73



I savaitė
Ketvirtadienis



Launikonė
Vilkaviškio r. Gražiškių gimnazijos
direktorė
Erta Launikonė



Direktorė
Laura Sadauskienė

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1SR-4-7	150	4,59	5,37	17,05	134,89
Kalakutienos guliašas (tausojantis)	13AK	120	17,03	9,21	5,89	174,57
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis) arba Biri ryžių košė (tausojantis)	4GR arba 24GR	90 (88,65/1,35) arba 90 (85,5/4,5)	3,02	3,60	20,64	126,98
Obuolių ir salierų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	28SA	30 (24/6)	0,90	2,26	5,24	44,94
Baltųjų ridikų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	27SA	50 (21/25/4)	0,46	4,06	3,23	51,36
Pomidorai skiltelemis	8SA	30	0,30	0,06	1,23	6,66
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	7V	200	1,56	0,48	22,46	100,40
Nesaldinta arbata (juodoji, ramunėlių, čiobrelėlių, juodųjų serbentų, mėtų, melisos, pankolių, erškėtrožių vaisių, kinrožės, kmynų)	1G-4-7	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			27,86	25,04	75,74	639,80

Pietūs II variantas

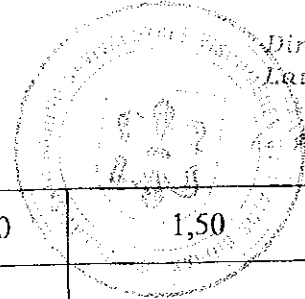
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1SR-4-7	150	4,59	5,37	17,05	134,89
Sorų kruopų apkepas su obuoliais ir cinamonu (tausojantis)	8K	150 (122,25/27/0,75)	10,74	8,20		





Šaunė

Vilniaus r. Gražisčių gimnazijos
*direktorė
*Grita Launikėnė

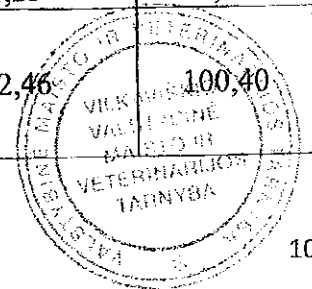


Direktorė
Laura Sadauskienė

Nesaldintas jogurtas (2,5%)	13PP	* 30	1,50	0,90	1,50	20,10
Obuolių ir salierų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	26SA	50 (40/10)	1,50	3,77	8,73	74,86
Morkų šiaudeliai	18SA	50	0,50	0,10	4,35	20,30
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	2V	150	1,17	0,36	16,85	75,30
Nesaldinta arbata (juodoji, ramunėlių, čiobrelėlių, juodųjų serbentų, mėtų, melisos, pankolių, erškėtrožių vaisių, kinrozės, kmynų)	1G-4-7	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			20,00	18,70	95,53	630,41

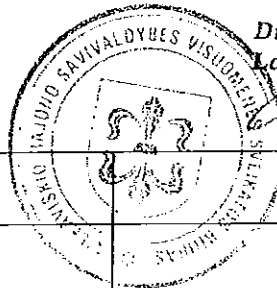
Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1SR-4-7	150	4,59	5,37	17,05	134,89
Kepti su garais vištienos kukuliai su sezamo sėklomis (tausojantis)	15AK-11	90 (79,2/10,8)	24,25	10,78	5,42	215,70
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis) arba Biri ryžių košė (tausojantis)	6GR arba 25GR	75 (73,88/1,12) arba 75	2,52	3,00	17,20	105,79
Obuolių ir salierų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	28SA	30 (24/6)	0,90	2,26	5,24	44,94
Baltųjų ridikų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	56SA	30 (12,6/15/2,4)	0,28	2,44	1,94	30,81
Pomidorai skiltelėmis	8SA	30	0,30	0,06	1,23	6,66
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai,	7V	200	1,56	0,48	22,46	100,40





Vilkauskio r. Gražiškių gimnazijos
direktorė
Grita Laušnikonė
Grita Laušnikonė



Direktorė
Laura Sadauskienė
Laura Sadauskienė

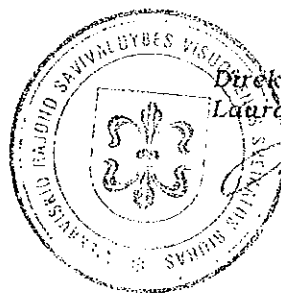
persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	*	*					
Nesaldinta arbata (juodoji, ramunėlių, čiobrelėlių, juodųjų serbentų, mėtų, melisos, pankolių, erškėtožių vaisių, kinrožės, kmynų)	1G- 4-7	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Iš viso:	34,40	24,39	70,54	639,19	



1 savaitė
Penktadienis



Launikonė
Vilkaiviškio r. Gražiškių gimnazijos
Direktorė
Grita Launikonė



Direktorė
Laura Sadauskienė
Sadauskienė

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	5SR	100	1,58	4,24	10,83	87,76
Keptas orkaiteje viso grūdo makaronų su daržovėmis ir sūriu (45%) apkepas (tausojantis)	30AK	160 (94,92/ 65,08)	13,92	11,81	40,14	322,56
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	29SA1	30 (44,87/ 1,83)	0,43	2,76	1,76	33,54
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	30SA	40 (28,17/ 15,37)	0,68	2,80	3,42	41,62
Pjaustytos paprikos	13SA-003	20	0,20	0,00	1,20	5,60
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	2V	150	1,17	0,36	16,85	75,30
Vanduo su citrina	2G-4-7	200	0,49	0,03	0,68	4,93
Plėšomos sūrio lazdelės	10PP	20	5,12	4,10	3,80	72,58
		Iš viso:	23,59	26,10	78,68	643,89

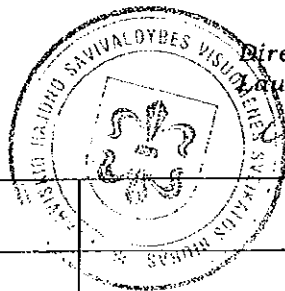
Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	5SR	100	1,58	4,24	10,83	87,76
Kiaulienos kukuliai su avižų sėlenomis ir obuoliu (tausojantis)	5AK-4-7	70 (61,39/ 5,25/ 3,36)	13,89	6,08	4,06	126,56
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais	6K-6-10	70 (55,3/ 14,7)	2,95	3,23	20,99	124,83





Vilkaviskio r. Gražiosių gimnazijos
 direktorė
 Grita Launikonė



Direktorė
 Laura Sadauskienė

(tausojantis) arba Biri ryžių košė (tausojantis)	arba 5GR	arba 80				
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	29SA4	30 (44,87/ 1,83)	0,43	2,76	1,76	33,54
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	30SA	40 (24,63/ 15,37)	0,68	2,80	3,42	41,62
Pjaustytos paprikos	13SA-003	20	0,20	0,00	1,20	5,60
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	21V	175	1,37	0,42	19,65	87,85
Vanduo su citrina	2G-4-7	200	0,49	0,03	0,68	4,93
Ekologiškas desertinis jogurtas su vaisiais (3,2 %rieb.)	42PP	125	5,12	4,00	16,87	125,00
Iš viso:			26,71	23,56	79,46	637,69

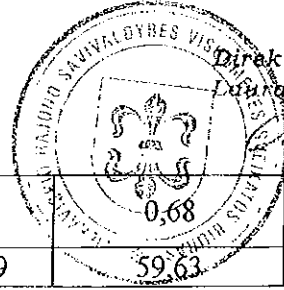
Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	5SR	100	1,58	4,24	10,83	87,76
Kepti varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis)	9PP-4-7	110	25,96	15,48	18,28	316,33
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	4PP-4-7	20	1,00	0,60	1,00	13,40
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	29SA4	30 (44,87/ 1,83)	0,43	2,76	1,76	33,54
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	30SA	40 (24,63/ 15,37)	0,68	2,80	3,42	41,62
Pjaustytos paprikos	13SA-003	20	0,20	0,00	1,20	5,60
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	7V	200	1,56	0,48	27,86	100,40





Launikė
 Vilkaiviskio r. Gražiskiu gimnazijos
 direktore
Grita Launikonė



Direktore
Laura Sadauskienė
Sadauskienė

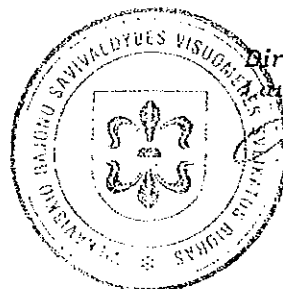
Vanduo su citrina	2G 4-7	200	0,49	0,03	0,68	4,93
		Iš viso:	31,90	26,39	59,63	603,58



2 savaitė
Pirmadienis



Launikonė
Vilkaviškio r. Gražiškių gimnazijos
Direktorė:
Gritė Launikonė
Pietūs

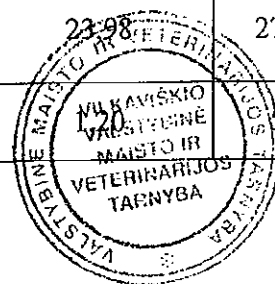


Direktorė
Aura Sadauskienė

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	10SR-000	100 (80/20)	1,64	2,86	11,73	79,20
Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (bulvės, morkos, žirnėliai, kopūstai) troškiny (tausojantis)	25AK	180 (69,3/110,7)	19,11	10,96	20,80	258,22
Pjaustytos paprikos	13SA-003	20	0,20	0,00	1,20	5,60
Šviežių kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais (augalinis)	22SA	50 (20/25)	0,60	4,29	2,28	50,13
Baltųjų ridikų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	56SA	30 (12,6/15/2,4)	0,28	2,44	1,94	30,81
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	2V	150	1,17	0,36	16,85	75,30
Vanduo su citrina	2G-4-7	200	0,49	0,03	0,68	4,93
Ekologiškas desertinis jogurtas su vaisiais (3,2 %rieb.)	42PP	125	5,12	4,00	16,87	125,00
Iš viso:			28,61	24,94	72,35	629,19

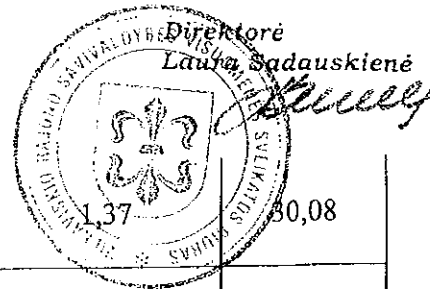
Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	10SR-000	100 (80/20)	1,64	2,86	11,73	79,20
Ryžių plovai su vištienos file (tausojantis)	31AK	150 (78/72)	18,20	11,50		272,22
Pjaustytos paprikos	13SA-003	20	0,20	0,00		5,60





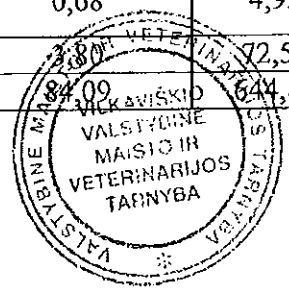
Launikonė
 Vilkaiviškio r. Gražiškių gimnazijos
 direktorė
Grita Launikonė



Šviežių kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais (augalinis)	58SA	* 30 (15/15)	0,36	2,57	1,37	30,08
Baltųjų ridikų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	56SA	30 (12,6/ 15/2,4)	0,28	2,44	1,94	30,81
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	2V	150	1,17	0,36	16,85	75,30
Vanduo su citrina	2G-4-7	200	0,49	0,03	0,68	4,93
Ekologiškas desertinis jogurtas su vaisiais (3,2 % rieb.)	42PP	125	5,12	4,00	16,87	125,00
Iš viso:			27,46	23,76	74,62	623,14

Pietūs III variantas

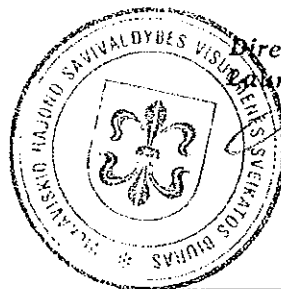
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	10SR-000	100 (80/20)	1,64	2,86	11,73	79,20
Virti varškėčiai (varškė 9%) su viso grūdo miltais (tausojantis)	3PP-4-7	140 (88,95/ 51,05)	19,79	8,37	45,39	336,06
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	13PP	30	1,50	0,90	1,50	20,10
Pjaustytos paprikos	13SA-003	20	0,20	0,00	1,20	5,60
Morkų ir cukinijų salotos su apelsinų sulčių užpilu (augalinis)	62SA	70	1,22	3,83	2,94	51,10
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	2V	150	1,17	0,36	16,85	75,30
Vanduo su citrina	2G-4-7	200	0,49	0,03	0,68	4,93
Plėšomos sūrio lazdelės	10PP	20	5,12	4,10	1,37	72,58
Iš viso:			31,13	20,45	64,09	644,87



2 savaitė
Antradienis



Launikė
Vilkauskio r. Gražiskių gimnazijos
direktorė
Grita Launikonė



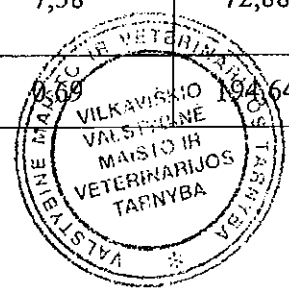
Direktorė
Daria Sadauskienė
Sadauskienė

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	6SR	100	1,27	4,16	7,58	72,88
Žuvies (menkė, jūros lydeka) šnicelis (tausojantis)	74AK	90	18,79	13,23	3,69	209,00
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis) arba Kukurūzų kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	1GR-4-7 arba 27GR	90	2,06	0,57	18,73	88,325
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	30SA	40 (24,63/ 15,37)	0,68	2,80	3,42	41,62
Morkų ir obuolių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	57SA	30 (27,6/2,4)	0,20	2,48	2,95	34,88
Agurkų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	12SA	40	0,27	0,09	1,45	7,66
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	21V	175	1,37	0,42	19,65	87,85
Kefyras (2,5%)	7G	150	6,00	4,50	7,50	94,50
Iš viso:			30,64	28,25	64,97	636,72

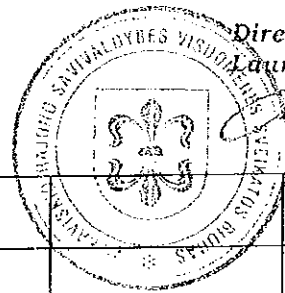
Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	6SR	100	1,27	4,16	7,58	72,88
Kepta su garais riebi žuvis (lašiša, skumbrė,	7AK-4-7	70	12,28	15,86	19,64	194,64





Launikonė
 Vilkaiviškio r. Gražiškių gimnazijos
 direktorė
 Grita Launikonė



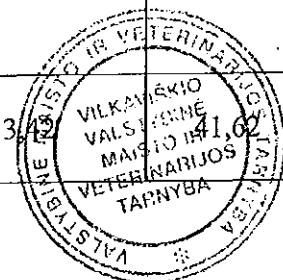
Direktorė
 Laura Sadauskienė

Launikonė

šamas) su provanso žolelėmis (tausojantis)	*					
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis) arba Kukurūzų kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	1GR-4-7 arba 27GR	90	2,06	0,57	18,73	88,325
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	30SA	40 (24,63/ 15,37)	0,68	2,80	3,42	41,62
Morkų ir obuolių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	57SA	30 (27,6/2,4)	0,20	2,48	2,95	34,88
Agurkų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	12SA	40	0,27	0,09	1,45	7,66
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	21V	175	1,37	0,42	19,65	87,85
Kefyras (2,5%)	7G	150	6,00	4,50	7,50	94,50
		Iš viso:	24,13	30,88	61,97	622,36

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	6SR	100	1,27	4,16	7,58	72,88
Keptas žuvis (menkė, jūros lydeka) filė maltinukas (tausojantis)	75AK	120	18,53	9,38	12,75	209,54
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis) arba Kukurūzų kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	1GR-4-7 arba 27GR	90	2,06	0,57	18,73	88,325
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir	30SA	40 (24,63/ 15,37)	0,68	2,80	3,42	41,62





Glaunig
Vilkauskio r. Gražiskių gimnazijos
direktorė
Grita Launikonė



Direktorė
Laura Sadauskienė

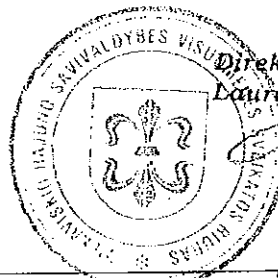
raugintais agurkais (augalinis)	*	*				
Morkų ir obuolių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	57SA	30 (27,6/2,4)	0,20	2,48	2,95	34,88
Agurkų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	12SA	40	0,27	0,09	1,45	7,66
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	21V	175	1,37	0,42	19,65	87,85
Kefyras (2,5%)	7G	150	6,00	4,50	7,50	94,50
		Iš viso:	30,38	24,40	74,03	637,26



2 savaitė
Trečiadienis



Launikė
Vilkauskio r. Gražiškių gimnazijos
Direktorė
Grita Launikonė



Direktorė
Laura Sadauskienė

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	5SR-4-7	150	2,37	5,36	16,24	122,68
Ruginė duona (pilno grūdo)	8D	20	1,50	0,30	8,56	42,94
Kiaulienos - daržovių troškiny (tausojantis)	10AK-4-7	150 (83,5/ 66,5)	22,74	17,51	12,29	297,73
Pomidorų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	25SA	30 (25/5)	0,26	0,06	1,47	7,51
Salotos	13SA-002	20	0,24	0,00	0,36	2,40
Raugintų kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	15SA	50 (46,5/3,5)	0,43	3,54	3,00	45,63
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	7V	200	1,56	0,48	22,46	100,40
Nesaldinta arbata (juodoji, ramunėlių, čiobrelių, juodųjų serbentų, mėtų, melisos, pankolių, erškėtrožių vaisių, kinrozės, kmynų)	1G-4-7	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			29,10	27,25	64,38	619,29

Pietūs II variantas

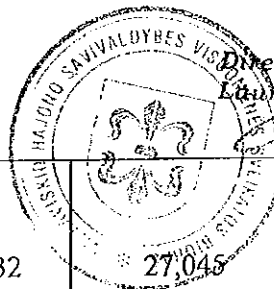
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	5SR-4-7	150	2,37	5,36	16,24	122,68
Kepti kiaulienos kukuliai (tausojantis)	76AK	95	15,83	9,41		





Launikonė

Vilkaviškio r. Gražiškių gimnazijos
direktorė
Grita Launikonė

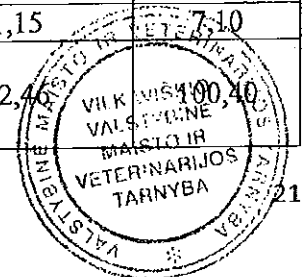


Direktorė
Lina Sadauskienė

Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis) arba Virti viso grūdo makaronai su sviestu (82%) (tausojantis)	* 6K arba 23 GR	* 90 (70,74/ 19,26) arba 90 (87,75/2,25)	4,985	3,32	27,045	157,98
Pomidorų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	25SA	30 (25/5)	0,26	0,06	1,47	7,51
Salotos	13SA-002	20	0,24	0,00	0,36	2,40
Raugintų kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	15SA	50 (46,5/3,5)	0,43	3,54	3,00	45,63
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	7V	200	1,56	0,48	22,46	100,40
Nesaldinta arbata (juodoji, ramunėlių, čiobrelių, juodųjų serbentų, mėtų, melisos, pankolių, erškėtrožių vaisių, kinrožės, kmynų)	1G-4-7	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			25,68	22,17	78,83	617,61

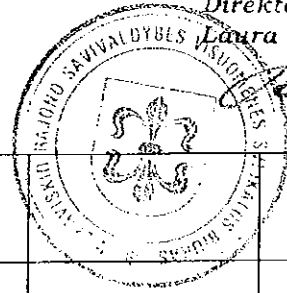
Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	5SR-4-7	150	2,37	5,36	16,24	122,68
Varškės (9%) apkepas (tausojantis)	14PP	140	18,81	14,99	28,59	324,54
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	13PP	30	1,50	0,90	1,50	20,10
Morkų ir cukinijų salotos su apelsinų sulčių užpilu (augalinis)	60SA	50	0,87	2,73	2,10	36,50
Švieži agurkai	19SA	50	0,40	0,10	1,15	7,10
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai,	7V	200	1,56	0,48	22,46	100,40





Launikė
Vilkaviškio r. Gražiškių gimnazijos
Direktorė
Rita Launikonė



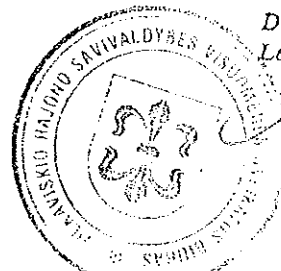
Direktorė
Laura Sadauskienė

kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	*	*	*				
Nesaldinta arbata (juodoji, ramunėlių, čiobrelių, juodųjų serbentų, mėtų, melisos, pankolių, erškėtrožių vaisių, kinrožės, kmynų)	1G- 4-7	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			25,51	24,56	72,04	611,32	





Launikė
Vilkaiviškio r. Gražiškių gimnazijos
Direktorė
Lita Launikonė



Direktorė
Laura Sadauskienė

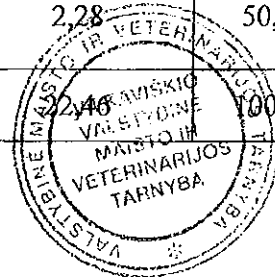
2 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1SR	100	3,06	4,24	11,37	95,90
Įdaryti kiaulienos maltinukai (tausojantis)	33AK-11	80	20,18	19,04	2,13	260,62
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	1GR-4-7	90	1,85	0,09	16,96	76,11
Virtų burokėlių salotos su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	24SA	40 (34,06/ 5,94)	0,60	2,44	3,61	38,88
Šviežių kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais (augalinis)	22SA	50 (20/25)	0,60	4,29	2,28	50,13
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	7V	200	1,56	0,48	22,46	100,40
Nesaldinta arbata (juodoji, ramunėlių, čiobrelėlių, juodųjų serbentų, mėtų, melisos, pankolių, erškėtrožių vaisių, kinrozės, kmynų)	1G-4-7	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			27,85	30,58	58,81	622,04

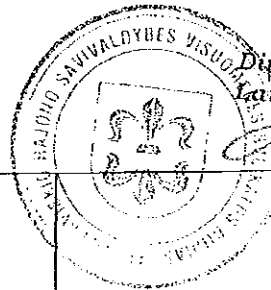
Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1SR	100	3,06	4,24	11,37	95,90
Bulvių plokštainis	23AK	140	5,04	15,80	36,38	307,83
Pieno (2,5%) padažas	1PA-001	30	0,73	2,84	1,96	36,32
Virtų burokėlių salotos su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	24SA	40 (34,06/ 5,94)	0,60	2,44	3,61	38,88
Šviežių kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais (augalinis)	22SA	50 (20/25)	0,60	4,29	2,28	50,13
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai,	7V	200	1,56	0,48	22,46	100,40





Launikė
 Vilkaiviškio r. Gražiškių gimnazijos
 direktorė
 Grita Launikonė



Direktorė
 Laura Sadauskienė
Launikė

apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	*	*	*				
Nesaldinta arbata (juodoji, ramunėlių, čiobrelių, juodųjų serbentų, mėtų, melisos, pankolių, erškėtrožių vaisių, kinrozės, kmynų)	1G- 4-7	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			11,59	30,09	78,06	629,46	

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1SR	100	3,06	4,24	11,37	95,90
Ruginė duona (pilno grūdo)	8D	20	1,50	0,30	8,56	42,94
Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	16AK	70	20,36	17,66	0,29	241,57
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	1GR	75	1,55	0,08	14,14	63,42
Virtų burokėlių salotos su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	24SA	40 (34,06/ 5,94)	0,60	2,44	3,61	38,88
Šviežių kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais (augalinis)	22SA	50 (20/25)	0,60	4,29	2,28	50,13
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	7V	200	1,56	0,48	22,46	100,40
Nesaldinta arbata (juodoji, ramunėlių, čiobrelių, juodųjų serbentų, mėtų, melisos, pankolių, erškėtrožių vaisių, kinrozės, kmynų)	1G- 4-7	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			29,23	29,49	62,71	633,24



2 savaitė
Penktadienis



Launikė
Vilkaiviškio r. Gražiškių gimnazijos
Direktorė
Grita Launikonė



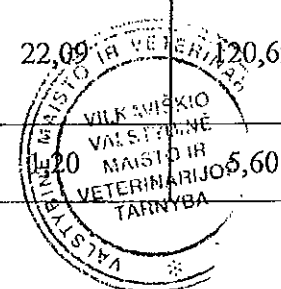
Direktorė
Sadauskienė

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	9SR	100	0,51	5,02	4,66	65,87
Kepta vištienos filė (tausojantis)	17AK-004	80	24,98	12,41	0,34	212,95
Biri perlinių kruopų košė su sviestu 82% (tausojantis) arba Biri ryžių košė (tausojantis)	3GR-11 arba 5GR	90 arba 80	2,57	2,45	22,09	120,69
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	21SA	50 (47,23/2,77)	0,47	2,91	2,53	38,24
Pomidorai skiltelėmis	8SA	30	0,30	0,06	1,23	6,66
Pjaustytos paprikos	13SA-003	20	0,20	0,00	1,20	5,60
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	7V	200	1,56	0,48	22,46	100,40
Kefyras (2,5%)	4G-000	100	4,00	3,00	5,00	63,00
Iš viso:			34,59	26,33	59,51	613,41

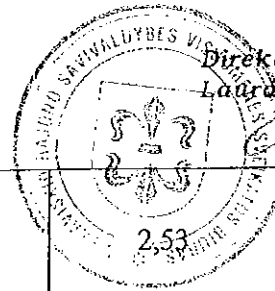
Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	9SR	100	0,51	5,02	4,66	65,87
Kalakutienos kukulis (tausojantis)	24AK	90	16,25	7,01	1,33	133,41
Biri perlinių kruopų košė su sviestu 82% (tausojantis) arba Biri ryžių košė (tausojantis)	3GR-11 arba 5GR	90 arba 80	2,57	2,45	22,09	120,69
Pjaustytos paprikos	13SA-003	20	0,20	0,00	1,20	5,60





Launikė
Vilkaviškio r. Gražiškių gimnazijos
Direktoriė
Grita Launikonė



Direktoriė
Laura Sadauskienė

Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	* 21SA	* 30 (47,23/ 2,77)	0,47	2,91	2,53	38,24
Pomidorai skiltelėmis	8SA	30	0,30	0,06	1,23	6,66
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	7V	200	1,56	0,48	22,46	100,40
Kefyras (2,5%)	4G-000	100	4,00	3,00	5,00	63,00
Plėšoma sūrio lazdelė	10PP	20	5,12	4,10	3,80	72,58
		Iš viso:	30,98	25,03	64,30	606,45

Pietūs III variantas

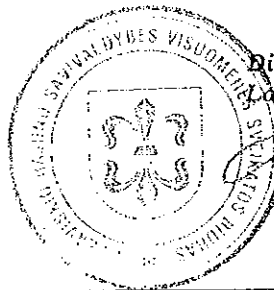
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	9SR	100	0,51	5,02	4,66	65,87
Sorų kruopų apkepas su obuoliais ir cinamonu (tausojantis)	8K	150 (122,25/27/ 0,75)	10,74	8,20	47,05	304,96
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	13PP	30	1,50	0,90	1,50	20,10
Pjaustytos paprikos	13SA-003	20	0,20	0,00	1,20	5,60
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	21SA	50 (47,23/ 2,77)	0,47	2,91	2,53	38,24
Pomidorai skiltelėmis	8SA	30	0,30	0,06	1,23	6,66
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	2V	150	1,17	0,36	16,85	75,30
Kefyras (2,5%)	4G-000	100	4,00	3,00	5,00	63,00
Plėšoma sūrio lazdelė	10PP	20	5,12	4,10	3,80	72,58
		Iš viso:	24,01	24,55	83,82	653,10



3 savaitė
Pirmadienis



Launikė
Vilkaiviškio r. Gražiškių gimnazijos
direktorė
Grita Launikonė



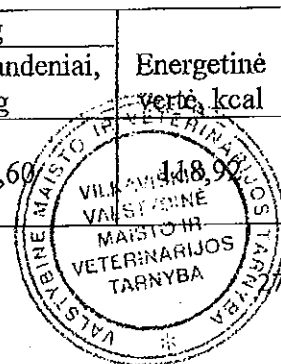
Direktorė
Laura Sadauskienė

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	10SR	150 (120/30)	2,46	4,30	17,60	118,92
Kiaulienos kukuliai su avižų sėlenomis ir obuoliu (tausojantis)	77AK	80 (70,16/ 6/ 3,84)	15,87	6,95	4,64	144,64
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis) arba Biri ryžių košė (tausojantis)	6GR arba 25GR	75 (73,88/ 1,12) arba 75	2,52	3,00	17,20	105,79
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	29SA1	30 (44,87/ 1,83)	0,43	2,76	1,76	33,54
Baltųjų ridikų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	56SA	30 (12,6/ 15/2,4)	0,28	2,44	1,94	30,81
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	6SA	20	0,16	0,04	0,46	2,84
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	2V	150	1,17	0,36	16,85	75,30
Vanduo su citrina	2G- 4-7	200	0,49	0,03	0,68	4,93
Ekologiškas desertinis jogurtas su vaisiais (3,2 % rieb.)	42PP	125	5,12	4,00	16,87	125,00
Iš viso:			28,50	23,88	78,00	641,77

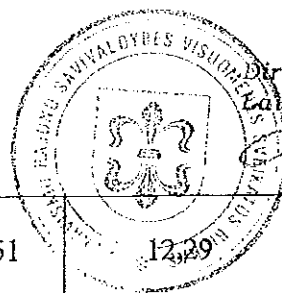
Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	10SR	150 (120/30)	2,46	4,30	17,60	118,92





Launikė
 Vilkaiviškio r. Gražiškių gimnazijos
 direktorė
 Grita Launikonė



Direktorė
 Laura Sadauskiene
Sadauskiene

Kiaulienos - daržovių troškiny (tausojantis)	10AK -4-7	150 (83,5/ 66,5)	22,74	17,51	12,29	297,73
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	29SA1	30 (44,87/ 1,83)	0,43	2,76	1,76	33,54
Baltųjų ridikų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	56SA	30 (12,6/ 15/2,4)	0,28	2,44	1,94	30,81
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	6SA	20	0,16	0,04	0,46	2,84
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	7V	200	1,56	0,48	22,46	100,40
Vanduo su citrina	2G- 4-7	200	0,49	0,03	0,68	4,93
Iš viso:			28,12	27,56	57,19	589,17

Pietūs III variantas

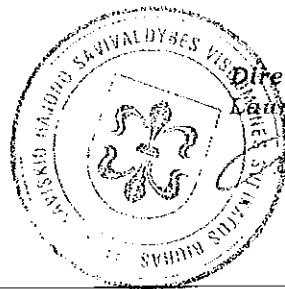
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	10SR	150 (120/30)	2,46	4,30	17,60	118,92
Varškės (9%) apkepas (tausojantis)	14PP	140	18,81	14,99	28,59	324,54
Uogų užpilas	2PA	15	0,13	0,00	1,95	8,37
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	4PP	15	0,750	0,45	0,750	10,05
Morkų ir cukinijų salotos su apelsinų sulčių užpilu (augalinis)	62SA	70	1,22	3,83	2,94	51,10
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	6SA	20	0,16	0,04	0,46	2,84
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	7V	200	1,56	0,48	22,46	100,40
Vanduo su citrina	2G- 4-7	200	0,49	0,03	0,68	4,93
Iš viso:			25,58	24,12	75,43	621,13



3 savaitė
Antradienis



Launik
Vilkaiviškio r. Gražiškių gimnazijos
Direktorė
Vita Launikonė



Direktorė
Laura Sadauskienė

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	2SR-4-7	150	3,89	6,28	14,98	132,03
Žuvies (menkė, jūros lydeka) užkepėlė su daržovėmis (tausojantis)	36AK	200 (100/ 100)	21,73	4,69	15,19	189,95
Pieno (2,5%) padažas	1PA-001	30	0,73	2,84	1,96	36,32
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	30SA	40 (24,63/ 15,37)	0,68	2,80	3,42	41,62
Pomidorai skiltelėmis	10SA	40	0,40	0,08	1,64	8,88
Agurkų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	12SA	40	0,27	0,09	1,45	7,66
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	7V	200	1,56	0,48	22,46	100,40
Kefyras (2,5%)	7G	150	6,00	4,50	7,50	94,50
Iš viso:			35,26	21,76	68,60	611,36

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	2SR	100	2,59	5,18	9,99	96,98
Žuvies (menkė, jūros lydeka) šnicelis (tausojantis)	15AK-11-1	90	19,02	13,36	5,19	217,11
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis) arba Kukurūzų kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	1GR-4-7 arba 27GR	90	2,06	0,57	18,73	88,33
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	30SA	40 (24,63/ 15,37)	0,68	2,80	3,42	41,62
Pomidorai skiltelėmis	10SA	40	0,40	0,08	1,64	8,88





Launik
Vilkaiviškio r. Gražiškių gimnazijos
Direktorė
Grita Launikonė



Direktorė
Laura Sadauskienė

Agurkų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	12SA	* 40 *	0,27	0,09	1,45	7,66
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	7V	200	1,56	0,48	22,46	100,40
Kefyras (2,5%)	4G-000	100	4,00	3,00	5,00	63,00
Iš viso:			30,58	25,56	67,88	623,98

Pietūs III variantas

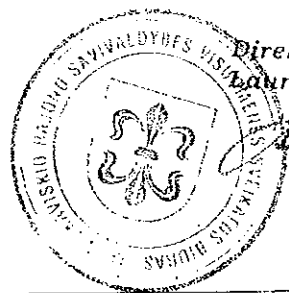
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	2SR	100	2,59	5,18	9,99	96,98
Keptas žuvies (jūros lydeka) kepsniukas (tausojantis)	18AK-111	90	16,60	11,36	4,65	187,36
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis) arba Kukurūzų kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	1GR-4-7 arba 27GR	90	2,06	0,57	18,73	88,33
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	30SA	40 (24,63/ 15,37)	0,68	2,80	3,42	41,62
Pomidorai skiltelėmis	10SA	40	0,40	0,08	1,64	8,88
Agurkų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	12SA	40	0,27	0,09	1,45	7,66
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	7V	200	1,56	0,48	22,46	100,40
Kefyras (2,5%)	7G	150	6,00	4,50	7,50	94,50
Iš viso:			30,16	25,06	69,84	625,73



3 savaitė
Trečiadienis



Launikė
Grita Launikonė
Direktorė



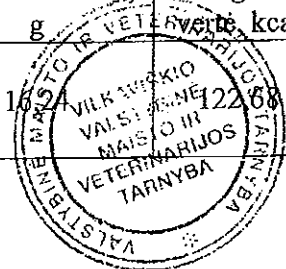
Direktorė
Laura Sadauskienė
Launikė

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	5SR-4-7	150	2,37	5,36	16,24	122,68
Kalakutienos guliašas (tausojantis)	13AK	120	17,03	9,21	5,89	174,57
Biri ryžių košė (tausojantis) arba Griklių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	8GR arba 6K	100 arba 90 (70,74/19,26)	3,755	4,095	26,625	158,35
Obuolių ir salierų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	28SA	30 (24/6)	0,90	2,26	5,24	44,94
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	21SA	50 (47,23/2,77)	0,47	2,91	2,53	38,24
Pomidorų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	25SA	30 (25/5)	0,26	0,06	1,47	7,51
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	7V	200	1,56	0,48	22,46	100,40
Nesaldinta arbata (juodoji, ramunėlių, čiobrelėlių, juodųjų serbentų, mėtų, melisos, pankolių, erškėtrožių vaisių, kinrožės, kmynų)	1G-4-7	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			26,35	24,38	80,46	646,69

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	5SR-4-7	150	2,37	5,36	16,24	122,68





Launikė
 Vilkauskio r. Gražiškių gimnazijos
 Direktorė
 Grita Launikonė

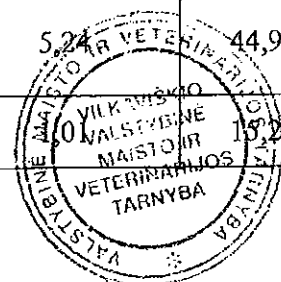


Direktorė
 Laura Sadauskienė

Maltas kalakutienos šnicelis (tausojantis)	19AK-111	80*	19,84	12,36		195,35
Biri ryžių košė (tausojantis) arba Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	8GR arba 6K	100 arba 90 (70,74/19,26)	3,755	4,095	26,625	158,35
Obuolių ir salierų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	28SA	30 (24/6)	0,90	2,26	5,24	44,94
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	59SA	20 (18,9/1,1)	0,19	1,16	1,01	15,20
Pomidorų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	25SA	30 (25/5)	0,26	0,06	1,47	7,51
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	7V	200	1,56	0,48	22,46	100,40
Nesaldinta arbata (juodoji, ramunėlių, čiobrelėlių, juodųjų serbentų, mėtų, melisos, pankolių, erškėtrožių vaisių, kinrozės, kmynų)	1G-4-7	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			28,88	25,78	74,23	644,43

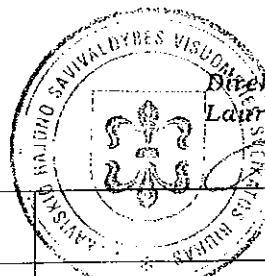
Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	5SR-4-7	150	2,37	5,36	16,24	122,68
Keptas orkaitėje viso grūdo makaronų su daržovėmis ir sūriu (45%) apkepas (tausojantis)	30AK	160 (94,92/65,08)	13,92	11,81	40,14	322,56
Obuolių ir salierų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	28SA	30 (24/6)	0,90	2,26	5,24	44,94
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su ypač	59SA	20 (18,9/1,1)	0,19	1,16	1,01	15,20





Launikė
 Vilkaiviškio r. Gražiškių gimnazijos
 direktorė
 Grita Launikonė



Direktoriė
 Laura Sadauskienė
[Signature]

tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)		*				
Pomidorų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	2SSA	30 (25/5)	0,26	0,06	1,47	7,51
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	7V	200	1,56	0,48	22,46	100,40
Nesaldinta arbata (juodoji, ramunėlių, čiobrelėlių, juodųjų serbentų, mėtų, melisos, pankolių, erškėtrožių vaisių, kinrozės, kmynų)	1G-4-7	200	0,00	0,00	0,00	0,00
		Iš viso:	19,20	21,13	86,56	613,29



3 savaitė
Ketvirtadienis



Launikė
Vilkaiviškio r. Gražiškių gimnazijos
direktoriė
Grita Launikonė



Direktoriė
Laurina Sadauskienė

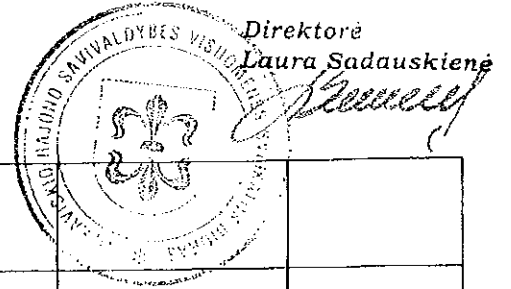
Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis)	8SR	100	2,13	4,24	15,47	108,58
Virtų bulvių cepelinai su mėsa (tausojantis)	35AK	180 (135,14/ 44,86)	16,02	11,69	40,50	331,29
Pieno (2,5%) padažas	1PA-001	30	0,73	2,84	1,96	36,32
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	54SA	60	0,48	0,12	1,38	8,52
Pomidorai skilteleimis	10SA	40	0,40	0,08	1,64	8,88
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	2V	150	1,17	0,36	16,85	75,30
Vanduo su citrina	2G-4-7	200	0,49	0,03	0,68	4,93
Plėšoma sūrio lazdelė	10PP	20	5,12	4,10	3,80	72,58
		Iš viso:	26,54	23,46	82,28	646,4

Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis)	8SR	100	2,13	4,24	15,47	108,58
Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	16AK	70	20,36	17,66	0,29	241,57
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	1GR	75	1,55	0,08	14,14	63,42
Raugintų kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	15SA	50 (46,5/ 3,5)	0,43	3,54	3,00	45,63
Morkų ir obuolių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	57SA	30 (27,6/2,4)	0,20	2,48	2,95	34,88
Pomidorai skilteleimis	8SA	30	0,30	0,06	1,23	6,66
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai,	7V	200	1,56	0,48	100,40	





Direktorė
Laura Sadauskienė

kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)						
Vanduo su citrina	2G-4-7	200	0,49	0,03	0,68	4,93
Iš viso:			27,02	28,57	60,22	606,07

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis)	8SR	100	2,13	4,24	15,47	108,58
Įdaryti kiaulienos maltinukai (tausojantis)	33AK-11	80	20,18	19,04	2,13	260,62
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	1GR-4-7	90	1,85	0,09	16,96	76,11
Raugintų kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	15SA	50 (46,5/3,5)	0,43	3,54	3,00	45,63
Morkų ir obuolių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	57SA	30 (27,6/2,4)	0,20	2,48	2,95	34,88
Pomidorai skiltelėmis	8SA	30	0,30	0,06	1,23	6,66
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	21V	175	1,37	0,42	19,65	87,85
Vanduo su citrina	2G-4-7	200	0,49	0,03	0,68	4,93
Iš viso:			26,95	29,90	62,07	625,26

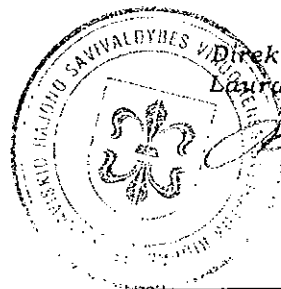


Launikė
Vilkaviškio r. Gražiškių gimnazijos
direktorė
Grita Launikonė





M. Kaviškio r. Gražiškių gimnazijos
 Direktoriė
 Grita Launikonė
G. Launikonė



Direktoriė
 Laura Sadauskiene
L. Sadauskiene

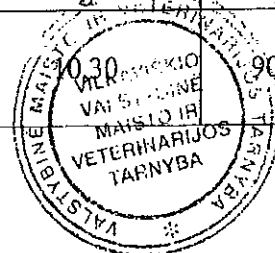
3 savaitė
 Penktadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	6SR-4-7	150	1,60	4,71	10,30	90,00
Kepta vištienos filė (tausojantis)	17AK-005	70	21,85	10,85	0,29	186,27
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis) arba Virti viso grūdo makaronai su sviestu (82%) (tausojantis)	6K-6-10 arba 28GR	70 (55,3/ 14,7) arba 70 (68,25/1,75)	3,88	2,58	21,04	122,85
Baltųjų ridikų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	56SA	30 (12,6/ 15/2,4)	0,28	2,44	1,94	30,81
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	6SA	20	0,16	0,04	0,46	2,84
Virtų burokėlių salotos su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	24SA	40 (34,06/5,94)	0,60	2,44	3,61	38,88
Kefyras (2,5%)	4G-000	100	4,00	3,00	5,00	63,00
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	7V	200	1,56	0,48	22,46	100,40
Iš viso:			33,93	26,54	65,10	635,05

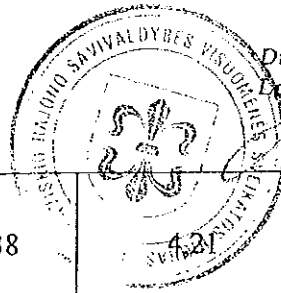
Pietūs II variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	6SR-4-7	150	1,60	4,71	10,30	90,00





Vilkauskio r. Gražiškių gimnazijos
 direktorė
 Grita Launikonė

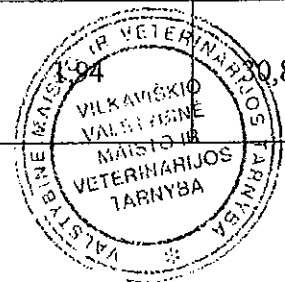


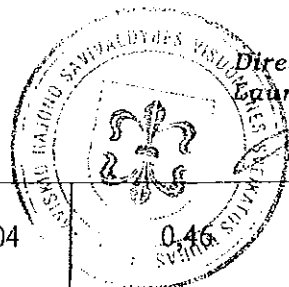
Direktorė
 Laura Sadauskienė

Kepti su garais vištienos kukuliai su sezamo sėklomis (tausojantis)	15AK	70 (61,6/8,4)	18,86	8,38	167,77
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis) arba Virti viso grūdo makaronai su sviestu (82%) (tausojantis)	6K-6-10 arba 28GR	70 (55,3/ 14,7) arba 70 (68,25/1,7 5)	3,88	2,58	21,04 122,85
Baltųjų ridikų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	56SA	30 (12,6/ 15/2,4)	0,28	2,44	1,94 30,81
Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	6SA	20	0,16	0,04	0,46 2,84
Virtų burokėlių salotos su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	24SA	40 (34,06/ 5,94)	0,60	2,44	3,61 38,88
Kefyras (2,5%)	4G-000	100	4,00	3,00	5,00 63,00
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	7V	200	1,56	0,48	22,46 100,40
Iš viso:			30,94	24,07	69,02 616,55

Pietūs III variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	6SR-4-7	150	1,60	4,71	10,30	90,00
Sorų kruopų apkepas su obuoliais ir cinamonu (tausojantis)	8K	150 (122,25/27/ 0,75)	10,74	8,20	47,05	304,96
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	13PP	30	1,50	0,90	1,50	20,10
Baltųjų ridikų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	56SA	30 (12,6/ 15/2,4)	0,28	2,44	1,94	30,81




 Direktore
 Laura Sadauskiene
L. Sadauskiene

Švieži agurkai (šaltuoju sezonu - rauginti agurkai)	6SA	20	0,16	0,04		2,84
Virtų burokėlių salotos su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	24SA	40 (34,06/ 5,94)	0,60	2,44	3,61	38,88
Kefyras (2,5%)	4G- 000	100	4,00	3,00	5,00	63,00
Sezoniniai vaisiai (melionai, obuoliai, apelsinai, bananai, kriaušės, kiviai, persimonai, mandarinai, persikai, nektarinai)	2V	150	1,17	0,36	16,85	75,30
Iš viso:			20,05	22,09	86,71	625,89



Launikonė
 Vilkaviškio r. Gražiškių gimnazijos
 direktorė
 Gita Launikonė

