

Akmenės rajono jungtinės mokyklos „Saulėtekio“ progimnazijos skyrius

(ikimokyklinio, priešmokyklinio ar bendrojo ugdymo programas vykdančios įstaigos ar vaikų stacionarios socialinių paslaugų įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas)

Kudirkos g. 11, Naujoji Akmenė

(adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

11 metų ir vyresniems vaikams

Maitinimo organizavimo
regiono vadovo asistentė
Živilė Mačiūtė



Akmenės rajono jungtinė mokykla
Direktorė
Violeta Karalienė



Įstaigos darbo laikas

Nuo 9.00 iki 18.00 val.

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

11 metų ir vyresnių
I-variantas

1 savaitė
Pirmadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveža	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-25/150/T_NAUJA	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Veganiškas plovas (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-89/180/T_NAUJA	180				
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/90/T	90				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Antradienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveža	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-37/150/T_NAUJA	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Vištienos kukulis su morkomis (keptas su garais) (tausojantis)	KMP-1/80/T	80				
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/20/T	20				
Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	GAR-5/80/T	80				
Virtų burokėlių salotos su žaliaisiais žirneliais, šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis) (tausojantis)	SAL-36/90/T_NAUJA	90				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Trečiadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveža	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-1/150/T_NAUJA	150				
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	5				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Virti varškėčiai (9%) su viso grūdo miltais (tausojantis)	VRŠP-1/180/T_NAUJA	180				
Grietinė (30%)	PAD-11/20/T	20				
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/100/T	100				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Ketvirtadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveža	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba (augalinis) (tausojantis)	SR-86/150/T	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Vištienos guliašas su morkomis (tausojantis)	KMP-21/80/T	80				
Virti viso grūdo makaronai (tausojantis)	GAR-21/80/T	80				
Kopūstų - morkų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-95/80/T	80				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Penktadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveža	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta sriuba su bulvėmis, kopūstais, morkomis ir šaldytais žirneliais (augalinis) (tausojantis)	SR-54/150/T	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Pupelių-daržovių (bulvės, morkos, brokoliai, paprikos) troškynys (augalinis) (tausojantis)	ADP-3/180/T	180				
Šv. agurkų ir pomidorų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-17/90/T	90				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Maitinimo organizavimo
regiono vadovo asistentė
Živilė Mačiūtė

Akmenės rajono Jungtinė mokykla
Direktorė
Violeta Karalienė

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

11 metų ir vyresnių
I-variantas

2 savaitė
Pirmadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su žiediniais kopūstais (augalinis) (tausojantis)	SR-151/150/T_NAUJA	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Grikių ir daržovių (bulvės, morkos, porai, salierai) maltinukai (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-16/180/T	180				
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/20/T	20				
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/100/T	100				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Antradienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kr. ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-3/150/T	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Vištiena kepta su daržovėmis (morkos, svogūnai, kukurūzai, paprika) (tausojantis)	KMP-296/80/T_NAUJA	80				
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/20/T	20				
Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	GAR-5/80/T	80				
Kopūstų salotos su kmynais, šalto spaudimo nerafinuotas aliejumi (augalinis)	SAL-75/90/T	90				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Trečiadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-118/150/T_NAUJA	150				
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	5				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Varškės (9%) kukulaičiai su bulvėmis (virtas) (tausojantis)	VRŠP-15/180/T_NAUJA	180				
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/20/T	20				
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/100/T	100				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Ketvirtadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kaimiška bulvienė (tausojantis)	SR-172/150/T	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Vištienos kukulis su morkomis ir brokoliu (tausojantis)	KMP-315/80/T_NAUJA	80				
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/20/T	20				
Virti viso grūdo makaronai (tausojantis)	GAR-21/80/T	80				
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-121/90/T	90				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Penktadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba (šaldytos daržovės) su pienu (tausojantis)	SR-85/150/T_NAUJA	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Bulvių plokštainis (augalinis) (tausojantis)	DRŽP-111/180/T	180				
Skystas pienas (2,5%) padažas	PAD-26/20/T	20				
Pomidorų ir šv. agurkų salotos su svogūnais ir natūraliu jogurtu (2,5%)	SAL-53/100/T	100				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Maitinimo organizavimo
regiono vadovo asistentė
Živilė Mačiūtė

Akmenės rajono jungtinė mokykla
Direktorė
Violeta Karalienė

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

11 metų ir vyresnių
I-variantas

3 savaitė
Pirmadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis ir virtu kiaušiniu (augalinis) (tausojantis)	SR-76/150/T_NAUJA	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Žirnių šustinė (troškintas) (tausojantis)	ADP-11/180/T_NAUJA	180				
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/120/T	120				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Antradienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-31/150/T	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Garuose virti vištienos kukuliai (tausojantis)	KMP-227/80/T_NAUJA	80				
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/20/T	20				
Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	GAR-5/80/T	80				
Burokėlių ir žaliųjų žirnelių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-93/90/T	90				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Trečiadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-65/150/T_NAUJA	150				
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	5				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Varškėčiai (9%) su kukurūzų miltais (tausojantis)	VRŠP-53/180/T_NAUJA	180				
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/20/T	20				
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/100/T	100				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Ketvirtadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šparaginių pupelių sriuba su pomidorais ir paprika (augalinis) (tausojantis)	SR-173/150/T_NAUJA	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Traški vištienos file (keptas su garais) (tausojantis)	KMP-355/80/T_NAUJA	80				
Virti viso grūdo makaronai (tausojantis)	GAR-21/80/T	80				
Kopūstų salotos su paprikomis ir agurkais (augalinis)	SAL-12/80/T	80				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Penktadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis, morkomis, pomidorais (augalinis) (tausojantis)	SR-10/150/T	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Daržovių apkepas (tausojantis) (keptas su garais)	DRŽP-56/180/T	180				
Skystas pieno padažas su daržovėmis	PAD-83/20/T	20				
Šv. agurkų ir pomidorų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-17/100/T	110				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Maitinimo organizavimo
regiono vadovo asistentė
Živilė Mačiūtė

Akmenės rajono jungtinė mokykla
Direktorė
Violeta Karalienė

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

11 metų ir vyresnių
II-variantas

1 savaitė
Pirmadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-25/150/T NAUJA	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Tradicionis varškės (9%) apkepas (tausojantis)	VRŠP-55/180/T NAUJA	180				
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/20/T	20				
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/100/T	100				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Antradienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-37/150/T NAUJA	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Grikių kruopų ir pupelių troškiny su morkomis, svogūnais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-81/180/T	180				
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/90/T	90				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Trečiadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-1/150/T NAUJA	150				
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	5				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Natūralus kiaulienos kotletas (tausojantis) (keptas/troškintas)	KMP-79/80/T	80				
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR-15/80/T	80				
Morkų salotos su saulėgrąžomis ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-112/80/T	80				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Ketvirtadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba (augalinis) (tausojantis)	SR-86/150/T	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Viso grūdo kvietinių miltų sklandžiai su obuoliais (keptas)	MLT-85/180/T	180				
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/20/T	20				
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/100/T	100				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Penktadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta sriuba su bulvėmis, kopūstais, morkomis ir šaldytais žirneliais (augalinis) (tausojantis)	SR-54/150/T	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Ryžių- kiaulienos plovos (tausojantis)	KRUOP-40/180/T NAUJA	180				
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/90/T	90				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Akmenės rajono jungtinė mokykla

Direktorė

Violeta Karalienė

Maitinimo organizavimo
regiono vadovo asistentė

Živilė Mačiūtė

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

11 metų ir vyresnių
II-variantas

2 savaitė
Pirmadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su žiediniais kopūstais (augalinis) (tausojantis)	SR-151/150/T_NAUJA	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Varškės (9%) apkepas su ryžių kruopomis (tausojantis)	VRŠP-16/180/T_NAUJA	180				
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/20/T	20				
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/100/T	100				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Antradienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kr. ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-3/150/T	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Pupelių ir daržovių (pomidorai, morkos) troškiny su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	ADP-5/180/T	180				
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/90/T	90				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Trečiadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-118/150/T_NAUJA	150				
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	5				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Kiaulienos šnicelis (tausojantis) (keptas su garais)	KMP-38/80/T_NAUJA	80				
Virtos perlinės kruopos su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	GAR-46/80/T	80				
Morkų ir obuolių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-77/80/T	80				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Ketvirtadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kaimiška bulvienė (tausojantis)	SR-172/150/T	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Avižiniai sklandžiai su varške (9%) (keptas)	MLT-106/180/T	180				
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/20/T	20				
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/100/T	100				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Penktadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba (šaldytos daržovės) su pienu (tausojantis)	SR-85/150/T_NAUJA	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Ryžių plovos su vištienos mėsa (tausojantis)	KRUOP-72/180/T_NAUJA	180				
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/90/T	90				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Akmenės rajono jungtinė mokykla
Direktorė
Violeta Karalienė

Maitinimo organizavimo
regiono vadovo asistentė
Živilė Mačiūtė

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

11 metų ir vyresnių
II-variantas

3 savaitė
Pirmadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis ir virtu kiaušiniu (augalinis) (tausojantis)	SR-76/150/T_NAUJA	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Purus varškės pudingas (tausojantis)	VRŠP-54/180/T	180				
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/20/T	20				
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/100/T	100				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Antradienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-31/150/T	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Įdaryta paprika su daržovėmis (tausojantis) (augalinis)	DRŽP-65/180/T_NAUJA	180				
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/20/T	20				
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/100/T	100				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Trečiadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-65/150/T_NAUJA	150				
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	5				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Kiauliena su troškintais šv. kopūstais (tausojantis)	KMP-30/160/T_NAUJA	160				
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR-15/80/T	80				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Ketvirtadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šparaginių pupelių sriuba su pomidorais ir paprika (augalinis) (tausojantis)	SR-173/150/T_NAUJA	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Viso gūdo blynėliai su kefyru (2,5%) (keptas)	MLT-21/180/T	180				
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/20/T	20				
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/100/T	100				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Penktadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis, morkomis, pomidorais (augalinis) (tausojantis)	SR-10/150/T	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Kiaulienos plovos su daržovėmis (tausojantis)	KRUOP-86/180/T	180				
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/90/T	90				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Maitinimo organizavimo
regiono vadovo asistentė
Živilė Mačiūtė

Akmenės rajono Jungtinė mokykla
Direktorė
Violeta Karalienė

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

11 metų ir vyresnių
III-variantas

I savaitė
Pirmadienis

Pietūs					
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g		
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-25/150/T NAUJA	150			
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40			
Kiaulienos kepinukai (tausojantis) (keptas su garais)	KMP-214/80/T NAUJA	80			
Virti griekiai (tausojantis) (augalinis)	GAR-7/80/T	80			
Pekino kopūstas, šv. agurkas, pomidoras su šalto spaudimo nerafinuotais aliejumi (augalinis)	SAL-90/80/T	80			
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150			
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200			
Iš viso:					
Iš viso (dienos davinio):					

Antradienis

Pietūs					
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g		
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g
Žiedinių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-37/150/T NAUJA	150			
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40			
Kepta vištienos filė (keptas/troškintas) (tausojantis)	KMP-46/80/T NAUJA	80			
Virti viso grūdo makaronai (tausojantis)	GAR-21/80/T	80			
Morkų salotos su česnakais ir šalto spaudimo nerafinuotais aliejumi (augalinis)	SAL-68/80/T NAUJA	80			
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150			
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200			
Iš viso:					
Iš viso (dienos davinio):					

Trečiadienis

Pietūs					
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g		
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-1/150/T NAUJA	150			
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	5			
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40			
Kepti žemaičių blynai su lėšų jėdaru (augalinis) (tausojantis)	DRŽP-47/180/T	180			
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/20/T	20			
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/100/T	100			
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150			
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200			
Iš viso:					
Iš viso (dienos davinio):					

Ketvirtadienis

Pietūs					
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g		
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba (augalinis) (tausojantis)	SR-86/150/T	150			
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40			
Vištienos kukulis su dribsniais (tausojantis)	KMP-123/80/T NAUJA	80			
Kuskusų kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GAR-28/80/T	80			
Burokėlių salotos (augalinis)	SAL-76/80/T	80			
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150			
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200			
Iš viso:					
Iš viso (dienos davinio):					

Penktadienis

Pietūs					
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g		
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g
Trinta sriuba su bulvėmis, kopūstais, morkomis ir šaldytais žirneliais (augalinis) (tausojantis)	SR-54/150/T	150			
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40			
Jūros lydekų maltinis su svogūnais ir morkomis (tausojantis) (keptas su garais)	ŽUVP-69/80/T	80			
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	GAR-25/80/T	80			
Kopūstų salotos su paprikomis ir morkomis, šalto spaudimo nerafinuotais aliejumi (augalinis)	SAL-230/80/T	80			
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150			
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200			
Iš viso:					
Iš viso (dienos davinio):					

Maitinimo organizavimo
regiono vadovo asistentė
Živilė Mačiūtė

Akmenės rajono jungtinė mokykla
Direktorė
Violeta Karalienė

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

11 metų ir vėresnių
III-variantas

2 savaitė
Pirmadienis

Pietūs						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su žiediniais kopūstais (augalinis) (tausojantis)	SR-151/150/T NAUJA	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Kiaulienos karbonadas (tausojantis)	KMP-18/80/T NAUJA	80				
Virti griekiai (tausojantis) (augalinis)	GAR-7/80/T	80				
Pekino kopūstas, šv. agurkas, paprika su šalto spaudimo nerafinuotais aliejumi (augalinis)	SAL-129/80/T	80				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GÉR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Antradienis

Pietūs						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kr. ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-3/150/T	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Vištienos kukuliai su varške (9%) (tausojantis)	KMP-122/80/T NAUJA	80				
Virti viso grūdo makaronai (tausojantis)	GAR-21/80/T	80				
Virtų burokėlių salotos su žirneliais, raugintais agurkais ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-21/80/T	80				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GÉR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Trečiadienis

Pietūs						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-118/150/T NAUJA	150				
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	5				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Grikių troškiny su daržovėmis (morkos, svogūnai, kopūstai, cukinija, moliūgai) (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-8/180/T	180				
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/90/T	90				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GÉR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Ketvirtadienis

Pietūs						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kaimiška bulvienė (tausojantis)	SR-172/150/T	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Kapotos vištienos kepinukai (tausojantis) (keptas su garais)	KMP-48/80/T NAUJA	80				
Kuskusų kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GAR-28/80/T	80				
Šviežių daržovių salotos (pekino kopūstai, ridikėliai, agurkai) su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-181/80/T	80				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GÉR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Penktadienis

Pietūs						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba (šaldytos daržovės) su pienu (tausojantis)	SR-85/150/T NAUJA	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Žuvies (jūros lydekų) kotletas įdarytas špinatais (tausojantis) (keptas su garais)	ŽUVP-32/80/T NAUJA	80				
Virtos apkeptos bulvės su krynais (augalinis) (tausojantis)	GAR-8/80/T	80				
Burokėlių salotos (augalinis)	SAL-76/80/T	80				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GÉR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Akmenės rajono jungtinė mokykla
Direktorė
Violeta Karalienė

Maitinimo organizavimo
regiono vadovo asistentė
Živilė Mačiūtė

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

11 metų ir vyresnių
III-variantas

3 savaitė
Pirmadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgščių sriuba su bulvėmis ir virtu kiaušiniu (augalinis) (tausojantis)	SR-76/150/T NAUJA	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Kiaulienos kepsnys su krynais (tausojantis) (keptas su garais)	KMP-39/80/T	80				
Virti griekiai (tausojantis) (augalinis)	GAR-7/80/T	80				
Kopūstų ir agurkų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-179/80/T	80				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Antradienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-31/150/T	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Kepta vištienos šlaunelė (keptas su garais) (tausojantis)	KMP-304/80/T NAUJA	80				
Virti viso grūdo makaronai (tausojantis)	GAR-21/80/T	80				
Morkų salotos su česnakais ir majonezu (augalinis)	SAL-71/80/T NAUJA	80				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Trečiadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-65/150/T NAUJA	150				
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	5				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Grikių kotletai (tausojantis) (keptas su garais)	KRUOP-47/180/T NAUJA	180				
Morkų salotos su česnakais ir majonezu (augalinis)	SAL-71/80/T	80				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Ketvirtadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šparaginių pupelių sriuba su pomidorais ir paprika (augalinis) (tausojantis)	SR-173/150/T NAUJA	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Kreminė vištiena su morkomis ir žirneliais (tausojantis)	KMP-297/80/T NAUJA	80				
Skystas pieno padažas su daržovėmis	PAD-83/20/T	20				
Kuskusų kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GAR-28/80/T	80				
Raudongūžio kopūsto salotos su morkomis ir šalto spaudimo nerafinuotas aliejumi (augalinis)	SAL-140/90/T	90				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Penktadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis, morkomis, pomidorais (augalinis) (tausojantis)	SR-10/150/T	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Žuvies (lašišos) maltinis (keptas su garais) (tausojantis)	ŽUVP-118/80/T NAUJA	80				
Grietinės (30%) padažas	PAD-63/20/T	20				
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	GAR-25/80/T	80				
Daržovių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (pekininiai kop., morkos, šv. agurkai, šv. pomidorai, paprika) (augalinis)	SAL-2/90/T	90				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Maitinimo organizavimo
regiono vadovo asistentė
Živilė Mačiūtė

Akmenės rajono jungtinė mokykla
Direktorė
Violeta Karalienė

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

11 metų ir vyresnių
IV-variantas

1 savaitė
Pirmadienis

Pietūs					
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g		
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-25/150/T_NAUJA	150			
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40			
Kiaulienos kotletas (tausojantis) (keptas/troškintas)	KMP-43/80/T_NAUJA	80			
Bulvių košė (tausojantis)	GAR-2/80/T	80			
Virtų burokėlių salotos su raugintais kopūstais ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis) (tausojantis)	SAL-30/80/T_NAUJA	80			
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150			
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200			
Iš viso:					
Iš viso (dienos davinio):					

Antradienis

Pietūs					
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g		
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g
Žiedinių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-37/150/T_NAUJA	150			
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40			
Varškės kukuliai su bananais (tausojantis)	VRŠP-58/180/T_NAUJA	180			
Grietinė (30%)	PAD-11/20/T	20			
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/100/T	100			
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150			
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200			
Iš viso:					
Iš viso (dienos davinio):					

Trečiadienis

Pietūs					
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g		
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-1/150/T_NAUJA	150			
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	5			
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40			
Kiaulienos guliašas su morkomis (tausojantis)	KMP-19/80/T_NAUJA	80			
Virti griekiai (tausojantis) (augalinis)	GAR-7/80/T	80			
Šviežių kopūstų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	SAL-257/80/T	80			
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150			
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200			
Iš viso:					
Iš viso (dienos davinio):					

Ketvirtadienis

Pietūs					
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g		
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba (augalinis) (tausojantis)	SR-86/150/T	150			
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40			
Grikių kruopų troškiny su morkomis, svogūnais, žaliaisiais žirneliais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-12/180/T	180			
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/90/T	90			
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150			
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200			
Iš viso:					
Iš viso (dienos davinio):					

Penktadienis

Pietūs					
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g		
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g
Trinta sriuba su bulvėmis, kopūstais, morkomis ir šaldytais žirneliais (augalinis) (tausojantis)	SR-54/150/T	150			
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40			
Kepti varškėčiai (tausojantis) (keptas su garais)	VRŠP-23/180/T	180			
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/20/T	20			
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/100/T	100			
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150			
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200			
Iš viso:					
Iš viso (dienos davinio):					

Akmenės rajono jungtinė mokykla
Direktorė
Violeta Karalienė

Maitinimo organizavimo
regiono vadovo asistentė
Živilė Mačiūtė

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

11 metų ir vyresnių
IV-variantas

2 savaitė
Pirmadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su žiediniais kopūstais (augalinis) (tausojantis)	SR-151/150/T_NAUJA	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Kiaulienos kukuliai rausvame padaže (tausojantis)	KMP-294/80/T_NAUJA	80				
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR-15/80/T	80				
Morkų - kukurūzų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-155/80/T	80				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Antradienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kr. ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-3/150/T	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Mieliniai blynai (keptas)	MLT-9/180/T	180				
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/20/T	20				
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/100/T	100				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Trečiadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-118/150/T_NAUJA	150				
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	5				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Troškinta kiauliena su daržovėmis (tausojantis)	KMP-298/80/T	80				
Virti griekiai (tausojantis) (augalinis)	GAR-7/80/T	80				
Kopūstų - morkų salotos su šalto spaudimo nerafinuotas aliejumi (augalinis)	SAL-95/80/T	80				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Ketvirtadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kaimiška bulvienė (tausojantis)	SR-172/150/T	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Viso grūdo makaronai su troškintomis daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	MLT-108/180/T	180				
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/90/T	90				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Penktadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba (šaldytos daržovės) su pienu (tausojantis)	SR-85/150/T_NAUJA	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Kepti kukurūziniai varškėčiai (9%) (tausojantis)	VRŠP-56/180/T	180				
Grietinė (30%)	PAD-11/20/T	20				
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/100/T	100				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GER-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Maitinimo organizavimo
regiono vadovo asistentė
Živilė Mačiūtė

Akmenės rajono jungtinė mokykla
Direktorė
Violeta Karalienė

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

11 metų ir vyresnių
IV-variantas

3 savaitė
Pirmadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis ir virtu kiaušiniu (augalinis) (tausojantis)	SR-76/150/T_NAUJA	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Kiaulienos kukulaičiai troškinti daržovių - grietinės padaže (tausojantis)	KMP-295/80/T_NAUJA	80				
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR-15/80/T	80				
Pekino kopūstų, šv. agurkų ir pomidorų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	SAL-66/80/T	80				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Antradienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-31/150/T	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Viso grūdo miltiniai blynai su varške (9%) ir kefyru (2,5%) (keptas)	MLT-15/180/T	180				
Grietinė (30%)	PAD-11/20/T	20				
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/100/T	100				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Trečiadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-65/150/T_NAUJA	150				
Grietinė (30%)	PAD-11/5/T	5				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Balandėliai su kiauliena, grietinės (30%) ir pom. padažu (tausojantis)	DRŽP-37/120/T_NAUJA	120				
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR-15/80/T	80				
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/100/T	100				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Ketvirtadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šparaginių pupelių sriuba su pomidorais ir paprika (augalinis) (tausojantis)	SR-173/150/T_NAUJA	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Perlinių kruopų troškiny su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-11/180/T	180				
Sviesto (82%) - grietinės (30%) padažas	PAD-3/20/T	20				
Rauginti/marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-228/100/T	100				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Penktadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis, morkomis, pomidorais (augalinis) (tausojantis)	SR-10/150/T	150				
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40/T	40				
Viso grūdo mieliniai varškės blynai (keptas)	MLT-107/180/T	180				
Saldus grietinės su uogomis (30%) padažas	PAD-85/20/T	20				
Daržovių lazdelių MIX (morkos, šv. agurkas, paprika, ridikas) (augalinis)	SAL-202/100/T	100				
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/150/T	150				
Vanduo su citrina	GĖR-1/200/T	200				
Iš viso:						
Iš viso (dienos davinio):						

Maitinimo organizavimo
regiono vadovo asistentė
Živilė Mačiūtė

Akmenės rajono Jungtinė mokykla
Direktorė
Violeta Karalienė