

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

S.Stanevičiaus progimnazija, Stanevičiaus g. 25,
Vilnius

— (ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios
apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

15d. DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

6-10 metų

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 8 iki 16 val.

Directore
Audronė Tenobogolova
[Signature]

1 savaitė

Pirmadienis

1

Jūritė
Vilniaus Simono Stanevičiaus
Progimnazijos L.e.p.direktorė

Jūritė
20 18-09-03

Patiekalo pavadinimas	Rc.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energetinė vertė, kcal
	Nr.		baltymai g.	riebalai g.	angliavandeniai g.	
Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis/tausojantis)	S 1	150				
Viso grūdo ruginė duona		30				
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		10				
Su garais kepti vištienos kukuliai (tausojantis)	A 1/2	100				
Kukurūzų kruopų košė su sviestu 82% (tausojantis)	K 6/2	100				
Pekino kopūstų ir porų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	SA 5	105				
Vanduo		200				
Sezoniniai vaisiai		100				

Grietinė arba jogurtas į sriubas dedamas moksleiviui paprašius

Direktorė
Audronė Tendzegolskienė



Donna
 2019-09-03

1 savaitė

Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rc.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energetinė vertė, kcal
	Nr.		baltymai g.	riebalai g.	angliavandeniai g.	
Tiršta burokėlių sriuba	S 3	150				
Viso grūdo ruginė duona		30				
Garuose virtas jautienos -kiaulienos kukulis (tausojantis)	A 3	80				
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	K 1/3	100				
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	SA 6	95				
Sezoniniai vaisiai		100				
Vanduo		200				

Grietinė arba jogurtas į sriubas dedamas moksleiviui paprašius

Direktorė
 Audronė Tenzegolskienė



Justina
 2018-09-03

1 savaitė

Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rc.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energetinė vertė, kcal
	Nr.		baltymai g.	riebalai g.	angliavandeniai g.	
Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	S 2	150				
Viso grūdo ruginė duona		30				
Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (bulvės, morkos, žirneliai, kopūstai) troškinys (tausojantis)	A 2	160 (60/100)				
Virtų burokėlių salotos su raugintais agurkais (augalinis)	SA 9	85				
Vanduo		200				
Sezoniniai vaisiai		80				

Grietinė arba jogurtas į sriubas dedamas moksleiviui paprašius

Direktorė
 Audronė Tendzegolskienė



1 savaitė

Ketvirtadienis

20 18-09-03

Patiekalo pavadinimas	Rc.	Išeiška	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energetinė vertė, kcal
	Nr.		baltymai g.	riebalai g.	angliavandeniai g.	
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinė morkuopomis ir morkomis (augalinis)(tausojantis)	S 4	150				
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		10				
Viso grūdo ruginė duona		30				
Keptas orkaitėje žuvies paplotėlis (tausojantis)	A 14	80				
Bulvių košė(tausojantis)	K 11	100				
Morkų ir salierų salotos su nesaldintu jogurtu.	SA 2	100				
Vanduo		200				
Sezoniniai vaisiai		100				

Grietinė arba jogurtas į sriubas dedamas moksleiviui paprašius

Direktorė
 Audronė Tendzegolskienė



2018-09-03

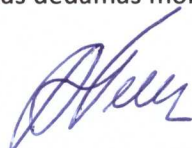
1 savaitė

Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rc.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g.		
	Nr.		baltymai g.	riebalai g.	angliavandeniai g.
Pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	S 5	150			
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		10			
Varškės ir morkų apkepas (tausojantis)	A 5	150 (50/100)			
Kopūstų, cukinijos salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	SA 7	80			
Viso grūdo ruginė duona		30			
Vanduo		200			
Sezoniniai vaisiai		90			

Grietinė arba jogurtas į sriubas dedamas moksleiviui paprašius

Direktorė
 Audronė Tenzegolskienė



Sm
 20 18-09-03

2 savaitė

Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rc.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g.		
	Nr.		baltymai g.	riebalai g.	angliavan deniai g.
Rugštynių sriuba (augalinis) (tausojantis)	S 6	150			
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		10			
Viso grūdo ruginė duona		30			
Garuose kepti vištienos maltinukai (tausojantis)	A 15/1	90			
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	K 9	100			
Morkų ir salierų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	SA 2	100			
Vanduo		200			
Sezoniniai vaisiai		80			

Grietinė arba jogurtas į sriubas dedamas moksleiviui paprašius

Direktorė
 Audronė Tendzegolskienė



Justina
 2018-09-03

2 savaitė

Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rc.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energetinė vertė, kcal
	Nr.		baltymai g.	riebalai g.	angliavandeniai g.	
Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	S 8	150				
Viso grūdo ruginė duona		30				
Su garais kepti netikri balandėliai (vištiena , ryžiai, kopūstai) (tausojantis)	A 6	100 (75/5/20)				
Bulvių košė (augalinis) (tausojantis)	K 12	100				
Kopūstų, morkų, salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	SA 6	100				
Vanduo		200				
Sezoniniai vaisiai		80				

Grietinė arba jogurtas į sriubas dedamas moksleiviui paprašius

Direktorė
 Audronė Tendzegolskienė



2 savaitė

Trečiadienis

20 13-09-03

Patiekalo pavadinimas	Rc.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energetinė vertė, kcal
	Nr.		baltymai g.	riebalai g.	angliavandeniai g.	
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis (tausojantis)	S 7	150				
Viso grūdo ruginė duona		50				
Kepta žuvis	A 4	80				
Grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	K1/2	100				
Virtų burokėlių salotos su ropiniais svogūnais (augalinis)(tausojantis)	SA 11	95				
Vanduo		200				
Sezoniniai vaisiai		80				

Grietinė arba jogurtas į sriubas dedamas moksleiviui paprašius

Direktorė
 Audronė Tendzegolskienė



2018-09-03

2 savaitė

Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rc.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energetinė vertė, kcal
	Nr.		baltymai g.	riebalai g.	angliavandeniai g.	
Pupelių sriuba su bulvėmis , morkomis (augalinis) (tausojantis)	S 5	150				
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		10				
Viso grūdo ruginė duona		30				
Kiaulienos ir morkų troškiny su porais (tausojantis)	A 7/3	100 (65/35)				
Grikių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	K1	80				
Morkų cukinijų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	SA 3	90				
Sezoniniai vaisiai		80				
Vanduo		200				

Grietinė arba jogurtas į sriubas dedamas moksleiviui paprašius

Direktorė
 Audronė Tendzegolskienė



2018-09-30

2 savaitė

Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rc.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energetinė vertė, kcal
	Nr.		baltymai g.	riebalai g.	angliavandeniai g.	
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	S 2	150				
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		10				
Viso grūdo ruginė duona		30				
Orkaitėje kepti varškėčiai (varškė 9%) su aguonomis (tausojantis)	A 8	130				
Grietinė 30%	K13	80				
Traškio morkytė su paprika	SA 9	spal-70				
Sezoniniai vaisiai		80				
Vanduo		200				

Grietinė arba jogurtas į sriubas dedamas moksleiviui paprašius

Direktorė
 Audronė Tenzegolskienė



3 savaitė

11

Justin
Vilniaus Simono Stanevičiaus
Progimnazijos L.e.p.direktorė

[Signature]

2018-09-03

Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rc.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energetinė vertė, kcal
	Nr.		baltymai g.	riebalai g.	angliavandeniai g.	
Šviežių kopūstų sriuba	S 9	150				
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		10				
Viso grūdo ruginė duona		20				
Plovav su vištiena (tausoįantis)	A 9	160 (100/60)				
Morkų ir salierų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	SA 2	80				
Vanduo		200				
Sezoniniai vaisiai		80				

Grietinė arba jogurtas į sriubas dedamas moksleiviui paprašius

Direktorė
Audronė Tendzegolskienė

[Signature]

3 savaitė

Antradienis

20 13-08-03

Patiekalo pavadinimas	Rc.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energetinė vertė, kcal
	Nr.		baltymai g.	riebalai g.	angliavandeniai g.	
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	S 7	150				
Viso grūdo ruginė duona		30				
Su garais keptas žuvies maltinukas (tausojantis)	A 10/2	100				
Miežinių kruopų košė (tausojantis)	K 10	100				
Burokėlių salotos su konservuotais agurkais	SA 7	100				
Vanduo		200				
Sezoniniai vaisiai		80				

Grietinė arba jogurtas į sriubas dedamas moksleiviui paprašius

Direktorė
 Audronė Tendzegolskienė



3 savaitė

Trečiadienis

2018-09-03

Patiekalo pavadinimas	Rc.	Išeiška	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energetinė vertė, l.cal
	Nr.		baltymai g.	riebalai g.	angliavandeniai g.	
Tiršta burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	S 3	150				
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		10				
Viso grūdo ruginė duona		30				
Orkaitėje su garais kepti kiaulienos kukuliai (tausojantis)	A 11	100				
Žirnių bulvių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	K 12	100				
Morkų ir cukinijų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	SA 3	100				
Pienas		100				
Sezoniniai vaisiai		80				

Grietinė arba jogurtas į sriubas dedamas moksleiviui paprašius

Direktorė
 Audronė Tendzegolskienė



20 13-03-03

3 savaitė

Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rc.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energetinė vertė, kcal
	Nr.		baltymai g.	riebalai g.	angliavandeniai g.	
Daržovių ir viso grūdo makaronų sriuba (augalinis) (tausojantis)	S 11	150				
Viso grūdo ruginė duona		30				
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		10				
Virti varškėčiai (varškė 9%)	A 12	150				
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		20				
Traškios morkytės		90				
Vanduo		200				
Sezoniniai vaisiai		100				

Grietinė arba jogurtas į sriubas dedamas moksleiviui paprašius

Direktorė
 Audronė Tendzegolskienė

J. J. J.

Vilniaus Simono Stanevičiaus
Progimnazijos L.e.p.direktorė

15

3 savaitė

Penktadienis

20 18-08-03

Patiekalo pavadinimas	Rc.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g.			Energetinė vertė, kcal
	Nr.		baltymai g.	riebalai g.	angliavandeniai g.	
Tiršta lęšių pomidorinė sriuba (augalinis) (tausojantis)	S 2	150				
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		20				
Viso grūdo ruginė duona		30				
Vištienos šlaunelių mėsos troškiny su žaliais žirneliais, morkomis (tausojantis)	A 13/2	130 (70/60/)				
Kvietinių kruopų košė (tausojantis)	K 8	100				
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi	SA 9	115				
Vanduo		150				
Vaisius		80				

Grietinė arba jogurtas į sriubas dedamas moksleiviui paprašius

Direktorė
Audronė Tenzegolskienė

