

TVIRTINU
Panevėžio r. Raguvos gimnazijos
direktorė

Inesa Vietienė

Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos
aprašo 8 priedas

UAB „Sotega“ Panevėžio rajono Raguvos gimnazija

Laisvės g.24, Raguva, Panevėžio r.

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

 15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

 4-7 m.

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo iki val.

1 savaitė pirmadienis

Požymis: 4-7 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Penkių grūdų dribsnių košė (tausojantis)(A-1;7)	IKR79D	200	6,17	2,27	29,65	163,94
Sviestas 82% (A-7)	IVN11F	5	0,02	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45% (A-1;7)	IUŽ412A	15/5/10	4,04	7,22	9,56	117,06
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			10,23	13,59	39,26	318,15

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Ruginė sriuba (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI29B	100	1,20	1,99	7,43	50,53
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Maltas kiaulienos šnicelis (A-1;3)	AKM3C	60	9,09	11,68	4,75	159,24
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGA1G	90	2,06	0,10	18,89	83,62
Šviežių kopūstų salotos su aliciumi (augalinis)	GSA35F	80	1,07	4,15	5,33	57,14
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2I	80	0,64	0,16	8,80	34,40
Viso			15,37	18,30	55,67	432,36

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Žemių, morkų ir bulvių troškiny (tausojantis) (augalinis)	ADR262A	200	8,10	7,38	32,10	210,81
Kefyras (A-7)	GĖR3B	150	4,35	3,75	6,00	78,00
Viso			12,45	11,13	38,10	288,81
Iš viso			38,05	43,02	133,03	1039,33

Direktorė
Inesa Viciienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

1 savaitė antradienis

Požymis: 4-7 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Kvietinių kruopų košė (tausojantis)(A-1;7)	IKR22D	200	5,43	1,53	23,98	126,20
Sviestas 82% (A-7)	IVN11F	5	0,02	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir virta dešra (aukšč.r.) (A-1;6;7;9;10)	IUŽ364A	20/5/15	4,00	8,08	12,72	135,98
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			9,46	13,71	36,74	299,33

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI18B	100	0,93	1,07	6,91	37,81
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Varškės 9% apkepas (tausojantis) (A-1;3;7)	AAP5C	130	15,57	10,69	31,34	286,97
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PAD4A	20	0,37	3,31	1,39	36,89
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinai (augalinis)	IVN145D	150	1,05	0,45	14,10	57,00
Viso			19,21	15,75	64,20	466,11

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Miltiniai blynėliai (A-1;3;7)	AML26G	100	6,91	5,73	44,41	253,45
Uogų padažas	PAD103C	20	0,11	0,10	3,30	12,12
Pienas 2,5% (A-7)	GĖR91B	150	4,80	3,75	7,20	82,50
Viso			11,82	9,57	54,91	348,07
Iš viso			40,48	39,04	155,85	1113,52

Direktorė
Inesa Vjetienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

1 savaitė trečiadienis

Požymis: 4-7 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Makaronai su virta dešra (aukšč.r.) pomidorų padaže (tausojantis) (A-1:6;9;10;11)	AML210E	170	8,15	5,28	39,55	239,49
Kakava su pienu 2,5% be cukraus (A-7)	GĖR63A	200	3,67	4,17	4,96	74,28
Viso			11,81	9,45	44,50	313,77

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRI10C	100	2,53	2,31	8,87	59,94
So grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kiaulienos kepsnys (A-1;3)	AKM5D	60	13,42	5,70	0,96	110,35
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA7H	90	3,35	2,91	23,07	125,93
Burokėlių salotos su salotų padažu (alieju, česn, citr.) (augalinis)	GSA165E	80	1,26	4,09	8,31	68,49
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	IVN3I	80	0,32	0,32	10,40	42,40
Viso			22,17	15,54	62,07	454,56

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Virti varškėčiai (A-1;3;7)	AVR12F	130	13,62	7,64	34,89	262,54
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PAD4A	20	0,37	3,31	1,39	36,89
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			13,99	10,95	36,28	299,43
Iš viso			47,98	35,94	142,85	1067,76

Direktorė
Inesa Viciienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

1 savaitė ketvirtadienis

Požymis: 4-7 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Miežinių kruopų košė (tausojantis) (A-1;7)	IKR8A	200	5,14	1,66	27,15	137,98
Sviestas 82% (A-7)	IVN11F	5	0,02	4,10	0,04	37,15
Pienas 2,5% (A-7)	GĖR91A	200	6,40	5,00	9,60	110,00
Viso			11,57	10,76	36,79	285,13

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI14B	100	0,63	2,84	4,95	45,45
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Troškinta vištiena su ciberžole (tausojantis)	AKM5956C	60	12,05	8,97	0,04	129,05
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA6F	80	2,54	2,67	19,49	106,70
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSA95F	70	0,75	3,64	6,09	53,63
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1D	80	0,96	0,24	18,48	77,60
Viso			18,22	18,58	59,52	459,88

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Miežinių kruopų ir vištienos plovos (tausojantis)	AKM542A	200	16,34	10,35	35,81	291,73
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			16,34	10,35	35,81	291,73
Iš viso			46,12	39,68	132,12	1036,75

Direktorė
Inesa Vietienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

1 savaitė penktadienis

Požymis: 4-7 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Grikių košė (tausojantis) (A-7)	IKR66A	200	5,77	1,81	28,81	152,14
Sviestas 82% (A-7)	IVN11F	5	0,02	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu (A-1;3;7)	IUŽ399A	25/5/20	4,21	6,72	13,83	129,48
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			10,00	12,62	42,69	318,76

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Paržovių sriuba su sparaginėmis pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI5B	100	0,67	1,92	4,17	33,84
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Kepta lydekos filė (A-1;4)	AŽU34E	60	12,27	3,29	2,32	88,10
Bulvių košė (tausojantis) (A-7)	GGA172I	110	2,67	2,50	20,34	113,48
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSA43B	100	1,28	5,17	10,62	86,92
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Kriaušė (augalinis)	IVN4H	80	0,32	0,24	10,72	41,60
Viso			19,15	13,45	63,87	435,10

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Sklindžiai su bananais (A-1;3;7)	AML30F	100	6,07	5,56	39,36	228,44
Uogų padažas	PAD103C	20	0,11	0,10	3,30	12,12
Pienas 2,5% (A-7)	GĖR91B	150	4,80	3,75	7,20	82,50
Viso			10,98	9,41	49,86	323,06
Iš viso			40,14	35,48	156,41	1076,92

Direktorė
Inesa Viciienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

2 savaitė pirmadienis

Požymis: 4-7 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Sorų kruopų košė (tausojantis) (A-7)	IKR7A	200	5,36	2,44	25,47	147,40
Sviestas 82% (A-7)	IVN11F	5	0,02	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varške 9% (A-1;7)	IUŽ55A	20/5/15	4,30	6,01	13,24	121,43
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			9,70	12,55	38,75	305,98

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Čiurkėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI160B	100	1,35	1,94	6,92	46,75
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Garintas kiaulienos maltinis (tausojantis) (A-1;3)	AKM209D	60	8,95	9,61	7,35	150,08
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGA1B	100	2,29	0,11	20,99	92,91
Pekino kopūstų, obuolių ir porų salotos (augalinis)	GSA573D	80	0,86	5,04	4,72	61,06
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2I	80	0,64	0,16	8,80	34,40
Viso			15,39	17,08	59,24	432,63

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Aukštaičių blynai (A-1,3,7)	AML8F	100	5,61	5,67	32,75	202,32
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PAD4A	20	0,37	3,31	1,39	36,89
Pienas 2,5% (A-7)	GĖR91B	150	4,80	3,75	7,20	82,50
Viso			10,77	12,73	41,34	321,72
Iš viso			35,85	42,37	139,33	1060,33

Direktorė
Inesa Vietienė

UAB „SOTEGA“

Direktorė
Rita Juškienė

2 savaitė antradienis

Požymis: 4-7 metų. Porcija 1 žnogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Ryžių košė (tausojantis) (A-7)	IKR1D	200	4,48	2,28	28,95	149,31
Sviestas 82% (A-7)	IVN11F	5	0,02	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virta dešra (aukšč.r.) (A-1;6;7;9;10)	IUŽ370A	20/5/15	3,50	7,74	10,96	124,44
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			8,01	14,12	39,96	310,90

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI9B	100	1,87	1,99	7,13	48,86
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Troškinta vištiena su morkomis ir žirneliais (tausojantis) (A-1;7)	AKM206E	70/0	9,16	8,09	3,71	120,13
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA7H	90	3,35	2,91	23,07	125,93
Burokėlių salotos su salotų padažu (alieju, česnu, citr.) (augalinis)	GSA165E	80	1,26	4,09	8,31	68,49
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	IVN3I	80	0,32	0,32	10,40	42,40
Viso			17,25	17,62	63,08	453,26

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Varškės 9% spygliukai (tausojantis) (A-1;3;7)	AVR3D	130	13,62	7,64	34,89	262,54
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PAD4A	20	0,37	3,31	1,39	36,89
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			13,99	10,95	36,28	299,43
Iš viso			39,25	42,69	139,31	1063,59

Direktorė
Inga Viciienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

2 savaitė trečiadienis

Požymis: 4-7 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Trijų grūdų dribsnių košė (tausojantis) (A-1;7)	IKR85C	200	5,96	2,39	24,48	141,52
Sviestas 82% (A-7)	IVN11F	5	0,02	4,10	0,04	37,15
Pienas 2,5% (A-7)	GĖR91A	200	6,40	5,00	9,60	110,00
Viso			12,38	11,49	34,12	288,67

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI28B	100	0,73	1,03	5,89	33,92
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137C	15	0,97	0,16	7,85	35,58
Bulvių plokštainis su vištiena (A-7)	ADR65D	130	8,38	5,85	38,68	238,37
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PAD4A	20	0,37	3,31	1,39	36,89
Kefyras (A-7)	GĖR3B	150	4,35	3,75	6,00	78,00
Kriaušė (augalinis)	IVN4J	160	0,64	0,48	21,44	83,20
Viso			15,43	14,58	81,24	505,97

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Lęšių troškiny su vištiena ir daržovėmis (tausojantis) (A-1)	ADR263C	200	19,20	8,17	38,98	305,63
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			19,20	8,17	38,99	305,63
Iš viso			47,02	34,24	154,35	1100,27

Direktorė
Inesa Vietienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

2 savaitė ketvirtadienis

Požymis: 4-7 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Perlinių kruopų košė (tausojantis) (A-1;7)	IKR6A	200	5,10	2,08	27,32	141,88
Sviestas 82% (A-7)	IVN11F	5	0,02	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45% (A-1;7)	IUŽ412A	15/5/10	4,04	7,22	9,56	117,06
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			9,16	13,40	36,92	296,08

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Rankštinių daržovių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI20C	100	2,09	1,98	7,77	52,98
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kepta vištiena (A-7)	AKM56D	60	10,36	9,41	0,10	126,64
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	GGA5H	90	6,14	3,99	33,77	192,44
Burokėliai su užpilu (augalinis)	GSA84D	50	0,77	2,55	5,11	42,41
Švž. agurkai (augalinis)	GSA2E	30	0,24	0,06	0,69	3,30
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinai (augalinis)	IVN145A	80	0,56	0,24	7,52	30,40
Viso			21,46	18,46	65,42	495,61

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Kepti varškėčiai (A-1;3;7)	AVR11D	120	17,68	14,70	28,63	316,42
Uogų padažas	PAD103B	30	0,17	0,14	4,95	18,18
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			17,85	14,84	33,58	334,60
Iš viso			48,48	46,71	135,92	1126,29

Direktorė
Inesa Vicienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

2 savaitė penktadienis

Požymis: 4-7 metų, Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Virti makaronai su fermentiniu sūriu 45% (tausojantis) (A-1;7)	AML22E	200	11,59	9,01	50,83	337,33
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			11,59	9,01	50,83	337,33

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis) (-1)	SRI27B	100	1,24	1,94	8,03	52,69
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Riebios žuvies ir lydekos kotletas (tausojantis) (A-1;3;4)	AŽU187D	60	10,21	5,94	6,63	120,23
Bulvių tyrė (tausojantis) (A-7)	GGA8H	90	2,22	0,46	16,72	79,03
Pekino kopūstų, obuolių, agurku salotos (augalinis)	GSA70H	80	0,83	5,03	4,51	60,33
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1D	80	0,96	0,24	18,48	77,60
Viso			16,76	13,83	64,83	437,32

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pieniška ryžių sriuba (tausojantis)	SRI377B	200	5,36	6,71	21,40	164,89
Skrebutis (A-1;3;7)	IUŽ1A	40	3,94	2,61	21,82	121,43
Viso			9,30	9,32	43,22	286,32
Iš viso			37,65	32,16	158,88	1060,97

UAB „SOTEGA“
 Direktorė Inesa Vicienė
 Direktorė Rita Juškienė

3 savaitė pirmadienis

Požymis: 4-7 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis)(A-7)	IKR23C	200	6,10	2,27	37,10	196,67
Sviestas 82% (A-7)	IVN11F	5	0,02	4,10	0,04	37,15
Pienas 2,5% (A-7)	GĖR91A	200	6,40	5,00	9,60	110,00
Viso			12,52	11,37	46,74	343,82

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Barščių sriuba su švž. kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI19B	100	0,78	1,45	5,20	33,49
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Troškinta vištiena su česnakais (tausojantis)	AKM5935C	60	11,64	8,59	1,13	127,90
Virti makaronai (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA23I	90	3,54	1,75	24,85	132,61
Kopūstų, morkų, obuolių, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA525D	80	0,89	4,19	6,34	60,97
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Kriaušė (augalinis)	IVN4H	80	0,32	0,24	10,72	41,60
Viso			18,47	16,44	58,70	444,02

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Mieliniai blynėliai su varške (A-1;3;7)	AML21A	120	10,00	7,68	48,65	299,89
Natūralus jogurtas(A-7)	IVN29B	20	0,88	0,58	1,34	14,20
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			10,88	8,26	49,99	314,09
Iš viso			41,86	36,07	155,44	1101,93

Direktorė
Inesa Vietienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

3 savaitė antradienis

Požymis: 4-7 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Manų košė su cinamonu (tausojantis) (A-1;7)	IKR82A	200	4,86	1,60	26,62	142,69
Sviestas 82% (A-7)	IVN11F	5	0,02	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu (A-1;3;7)	IUŽ399A	25/5/20	4,21	6,72	13,83	129,48
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			9,09	12,41	40,49	309,32

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Paugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI11B	100	0,49	1,87	3,76	33,67
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kiaulienos maltinis (A-1;3)	AKM93D	60	9,10	11,83	5,73	164,52
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA7H	90	3,35	2,91	23,07	125,93
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSA43D	50	0,64	2,58	5,31	43,46
Švž. pomidorai (augalinis)	GSA88E	30	0,30	0,06	1,23	5,10
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinai (augalinis)	IVN145A	80	0,56	0,24	7,52	30,40
Viso			15,74	19,71	57,08	450,53

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Varškės 9% kukulaičiai (tausojantis) (A-1;3;7)	AVR2D	130	13,62	7,64	34,89	262,54
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PAD4A	20	0,37	3,31	1,39	36,89
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			13,99	10,95	36,28	299,43
Iš viso			38,82	43,07	133,84	1059,28

Direktorė
Inesa Viciienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

3 savaitė trečiadienis

Požymis: 4-7 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Kvietinių kruopų košė su pakepintomis morkomis (augalinis) (tausojantis)	IKR168B	200	5,51	3,24	30,98	166,62
Batonas su sviestu 82% ir varške 9% (A-1;7)	IUŽ400A	25/5/25	6,38	7,05	16,76	152,50
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			11,88	10,29	47,74	319,12

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Špinazinių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI474C	100	2,06	2,28	6,93	55,18
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kiauliena troškinta su šviežiais kopūstais (tausojantis)	AKM449F	90	10,68	14,52	3,15	183,16
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGA1C	80	1,84	0,09	16,79	74,33
Morkų lazdelės (augalinis)	GSA417B	90	0,90	0,18	7,83	27,90
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1D	80	0,96	0,24	18,48	77,60
Viso			17,72	17,53	63,64	465,61

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Sklindžiai su obuoliais (A-1;3;7)	AML2F	100	5,89	5,58	37,11	218,45
Uogu padažas	PAD103C	20	0,11	0,10	3,30	12,12
Pienas 2,5% (A-7)	GĖR91B	150	4,80	3,75	7,20	82,50
Viso			10,80	9,42	47,60	313,07
Iš viso			40,41	37,24	158,99	1097,80

Direktorė
Incsa Viciienė

UAB „SOTEGA“

Direktorė
Rita Juškienė

3 savaitė ketvirtadienis

Požymis: 4-7 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Omletas (A-1;3;7)	IKI11E	60	5,32	5,93	3,87	90,00
Batonas (A-1)	IVN7C	30	2,82	0,84	19,02	90,42
Burokėliai su užpilu (augalinis)	GSA84H	140	2,16	7,14	14,30	118,74
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			10,30	13,91	37,19	299,16

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI22B	100	0,96	1,94	4,91	38,66
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Virtos vištienos maltinis (tausojantis) (A-1;3;7)	AKM33E	60	10,16	7,24	7,42	133,74
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA6I	90	2,86	3,01	21,93	120,04
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA35F	80	1,07	4,15	5,33	57,14
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	IVN3I	80	0,32	0,32	10,40	42,40
Viso			16,67	16,87	60,45	439,42

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Vištienos plovavimas (tausojantis)	AKM190C	36/134	10,80	10,15	32,37	255,96
Kefyras (A-7)	GĖR3B	150	4,35	3,75	6,00	78,00
Viso			15,15	13,90	38,37	333,96
Iš viso			42,13	44,69	136,01	1072,55

Direktorė
Inesa Viciienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

3 savaitė penktadienis

Požymis: 4-7 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis) (A-1;7)	IKR3B	200	6,90	3,86	27,90	166,58
Sviestas 82% (A-7)	IVN11F	5	0,02	4,10	0,04	37,15
Pienas 2.5% (A-7)	GĖR91A	200	6,40	5,00	9,60	110,00
Viso			13,33	12,96	37,54	313,72

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRI21C	100	2,21	1,52	7,92	50,66
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Lydekos filė maltinukas (tausojantis) (A-1;3;4)	AŽU46D	60	10,78	2,75	6,30	92,04
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	GGA5H	90	6,14	3,99	33,77	192,44
Kopūstų, pomidorų ir porų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA572D	80	1,10	3,84	4,06	49,89
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2I	80	0,64	0,16	8,80	34,40
Viso			22,16	12,48	71,32	466,88

Vakarienė

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Lietiniai blynėliai su varškės 9% įdaru (A-1;3;7)	AML10D	98/42	11,62	10,77	31,83	268,82
Grietinė 30% (A-7)	IVN10A	10	0,24	3,00	0,31	29,40
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			11,86	13,77	32,14	298,22
Iš viso			47,35	39,21	141,00	1078,83

Direktorė
Inca Viciienė

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė