



SUDERINTA  
Direktorė  
Jūratė Pauliukienė  
2023-09-01

# KAUNO MARTYNO MAŽVYDO PROGIMNAZIJA

Šiaurės pr. 55, Kaunas

## 20 DIENŲ VALGIARAŠTIS 7-10 METŲ VAIKAMS 11 IR VYRESNIŲ METŲ VAIKAMS 2023.09.01

ĮSTAIGOS DARBO LAIKAS  
NUO 8:00 IKI 14:30 VAL.

valgiaraštį paruošė  
UAB "Vydūna" direktorė  
Aldona LIISOVSKAJA



UAB „Vydyūna“  
Direktorė  
Aldona Ljovskaja



Direktorė  
Jūratė Pauliukienė

Nuo 2023-09--01

Valgiaraštis 7-10 metų vaikams

1 savaitė  
Pirmadienis

Valgiaraštis 11 metų ir vyresniems vaikams

1 savaitė  
Pirmadienis

Pietūs val.

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išieiga	B	R	A	Kcal
Žirnių ir miežinių kruopų sriuba (augalinis, tausojantis)	Se-Sr30	150	5,48	2,42	18,15	116
Viso grūdo ruginė duona	IŠ	40	2,96	0,52	20,52	86,80
1 pietų patiekalo pavadinimas						
Pieniška dešrelė su pomidorų padažu (tausojančias) su garmyru	2- Ant-36	75/20/g	5,38	21,29	0,7	215,28
2 pietų patiekalo pavadinimas						
Virti varškėčiai su grietine (tausojančias)	2-Antr-82	150/20	20,6	10,12	33,53	302,83
Grietinė 30%	1-Pad-17	20	0,48	6	0,62	58,6

**Garmyrai**

Brinkintos grikių kruopos (augalinis, tausojantis)	Se-gr16	50	2,21	0,54	12,13	62
Kopūstų salotos (augalinis)	1-Sal-1	40	0,53	3,83	2,45	42,92
Šviežių morkų lazdelės (augalinis) ar	Se-D27	40	0,4	0,08	3,48	16
Viso 1 patiekalas grikių garmyru ir kopūstų salotomis						
Viso 2 patiekalas su morkomis			29,92	19,14	76,30	580,23

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo

Sezoniniai vaisiai

200

200

**PASIRENKAMI PATIEKALAI**

Žirnių ir miežinių kruopų sriuba (augalinis, tausojantis)	Se-Sr30	250				
Kiaulienos (nugarinė) kepsnys su garmyru						
Pieniška dešrelė su pomidorų padažu (tausojančias) su garmyru	2- Ant-36	75/20/g				
Kiaulienos (kumpinė) malinukas su garmyru (tausojančias)						
Lietiniai su dešrelėmis (tausojančias)						
Virti varškėčiai su grietine (tausojančias)						
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su obuoliu, cinamonu ir alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)						

**Garmyrai**

Brinkintos grikių kruopos (augalinis, tausojantis)	Se-gr16	100				
Kopūstų salotos (augalinis)						
Morkų, obuolių ir salierų salotos (augalinis)	1-Sal-1	50				
Se-Sr30	Se-Sr30	250				
2-ant-2	2-ant-2	100/g				
2- Ant-36	2- Ant-36	75/20/g				
2-Ant-28	2-Ant-28	75/g				
2-Ant-76	2-Ant-76	100/50/5				
2-Antr-82	2-Antr-82	200/30				
3-3/31.AT	3-3/31.AT	300				

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išieiga	B	R	A	Kcal
Žirnių ir miežinių kruopų sriuba (augalinis, tausojantis)	Se-Sr30	250	9,14	4,04	30,24	194
Viso grūdo ruginė duona	IŠ	40	2,96	0,52	20,52	86,80
1 pietų patiekalo pavadinimas						
Pieniška dešrelė su pomidorų padažu (tausojančias) su garmyru	2- Ant-36	75/20/g	5,38	21,29	0,7	215,28
2 pietų patiekalo pavadinimas						
Virti varškėčiai su grietine (tausojančias)	2-Antr-82	150/20	20,6	10,12	33,53	302,83
Grietinė 30%	1-Pad-17	20	0,48	6	0,62	58,6

**Garmyrai**

Brinkintos grikių kruopos (augalinis, tausojantis)	Se-gr16	50	2,21	0,54	12,13	62
Kopūstų salotos (augalinis)	1-Sal-1	50	0,67	4,79	3,07	53,65
Šviežių morkų lazdelės (augalinis) ar	Se-D27	40	0,4	0,08	3,48	16
Viso 1 patiekalas grikių garmyru ir kopūstų salotomis						
Viso 2 patiekalas su garmyru			33,58	25,47	87,98	695,88

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo

Sezoniniai vaisiai

200

200



Nuo 2023-09-01

Valgiaraštis 7-10 metų vaikams

1 savaitė

Trečiadienis

Pietūs val.



UAB „Vydytina“

Direktorė

Aldona Lisovskaja

*(Signature)*

Patiekalo pavadinimas	Rep. Nr.	Išiga	B	R	A	Kcal
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis, tausojantis)	2-Str-2	150	1,55	4,94	10,86	90,07
Grietinė 30%	1-Pad-17	6	0,14	1,8	0,19	17,58
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40
1 pietų patiekalo pavadinimas	Rep. Nr.	Išiga				
Paukštiesos ((kulšelių mėsa) troškiny su ryžiais (tausojantis)	2-Antr-3	100/100	30	15,85	27,55	362,77
2 pietų patiekalo pavadinimas	Rep. Nr.	Išiga				
Varškės apkepamas (tausojantis)	2-Ant-85	150	22,58	15,55	24,7	331,31
Grietinė 30%	1-Pad-17	20	0,48	6	0,62	58,6

Garnyrai

Žalieji žirneliai (augalinis) ar Agurkai švieži ar marinuoti (augalinis)	2-Sal-42	40	1,96	0,08	6,32	25,6
2-Sal-38	40	0,12	0,08	0,92	4,40	
Viso 1 patiekalas su gamyru ir žirneliais			35,13	22,93	55,18	539,42
Viso 2 patiekalas su gamyru ir agurkai			26,35	28,63	47,55	545,56

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo

Sezoniniai vaisiai

	200
--	-----

PASIRENKAMI PATIEKALAI

Burokėlių sriuba su bulvėmis ir grietine (augalinis, tausojantis)	2-Str1	250/5
Maltas paukštiesos file kepsnys su gamyru (tausojantis)	2-Ant-34	75/g
Paukštiesos kepinukai su gamyru (tausojantis)	2-Ant-32	100/g
Paukštiesos ((kulšelių mėsa) troškiny su ryžiais (tausojantis)	2-Antr-3	75/75
Varškės apkepamas su grietine(tausojantis)	2-Ant-85	100/15
Žuvies kepsnys (juos lydeka) (konvekcija) su gamyru	2-Ant-38	75/g
Makaronai su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	12AA	100/100

Garnyrai

Virtos bulvės (augalinis, tausojantis) ar Ryžių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	2-Gar1	50
2-Gar-5	100	
Pupelių salotos su marinuotais agurkais (augalinis) ar Morkų-obuolių-porų salotos (augalinis)	2-Sal-26	50
2-Sal-14	50	
Kopūstų salotos (augalinis) ar Rauginėti ar marinuoti agurkai (augalinis)	1-Sal-1	50
2-Sal-38	50	

Valgiaraštis 11 metų ir vyresniems vaikams

1 savaitė

Trečiadienis

Pietūs val.



Direktorė

Jūratė Paukštienė

Patiekalo pavadinimas	Rep. Nr.	Išiga	B	R	A	Kcal
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis, tausojantis)	2-Str-2	250	2,6	8,24	18,1	150,12
Grietinė 30%	1-Pad-17	10	0,24	3	0,31	29,3
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	2,96	0,52	20,52	86,80
1 pietų patiekalo pavadinimas	Rep. Nr.	Išiga				
Paukštiesos ((kulšelių mėsa) troškiny su ryžiais (tausojantis)	2-Antr-3	100/100	30	15,85	27,55	362,77
2 pietų patiekalo pavadinimas	Rep. Nr.	Išiga				
Varškės apkepamas (tausojantis)	2-Ant-85	150	22,58	15,55	24,7	331,31
Grietinė 30%	1-Pad-17	30	0,72	9	0,93	87,9

Garnyrai

Žalieji žirneliai (augalinis) ar Agurkai švieži ar rauginėti ar marinuoti (augalinis)	2-Sal-42	50	2,45	0,1	7,9	32
2-Sal-38	40	0,12	0,08	0,92	4,40	
Viso 1 patiekalas su gamyru ir žirneliais			38,25	27,71	74,38	660,99
Viso 2 patiekalas su gamyru ir agurkai			29,22	36,39	65,48	689,83

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo

Sezoniniai vaisiai

	200
--	-----



UAB "Vydūna"  
Direktoriė  
Aldona Lisovskaja



Direktoriė  
Jūratė Paulinkienė

Nuo 2023-09--01

Valgiaraštis 7-10 metų vaikams

Valgiaraštis 11 metų ir vyresniems vaikams

1 savaitė

Ketvirtadienis

1 savaitė

Ketvirtadienis

Pietūs val.

Pietūs val.

Pateikalo pavadinimas	Ep. Nr.	Išieiga	B	R	A	Kcal
Krupių sriuba (tausojančias, augalinis)	2-SR-24	150	1,56	3,3	11,43	76,91
Grietinė 30%	1-Pad-17	6	0,14	1,8	0,19	17,58
Viso grūdų ruginė duona	1Š	40	2,96	0,52	20,52	86,80
1 pietų pateikalo pavadinimas						
Orkaitėje keptos paukštienos šlaunelės ar peteliai (tausojančias) su garmyru	4-Ant-P025	80	19,27	11,7	0,25	183,41
2 pietų pateikalo pavadinimas						
Virtų bulvių blynai su mėsos(vištenos mėsa) įdaru ir padažu (tausojančias)	2-Ant-53	100	8,57	6,75	25,53	194,72
Grietinė 30%	1-Pad-17	30	0,72	9	0,93	87,9
<b>Garmyrai</b>						
Bulvių košė (tausojančias) ar	1-Gar6	50	1,73	3,39	15,59	98,61
Virti makaronai (augalinis, tausojančias)	2-Gar-8	100	4,19	4,13	29,09	173,55
Daržovių salotos su paprikomis (augalinis)	2-Sal-5	40	0,6	3,96	2,42	44,2
Rauginti ar marinuoti agurkai (augalinis)	2-Sal-38	40	0,12	0,08	0,92	4,40
Viso 1 patiekalas su bulvių garmyru ir daržovių salotomis			26,26	24,67	50,40	507,51
Viso 1 patiekalas su makaronų garmyru ir daržovių salotomis			28,72	25,41	69,90	582,45
Viso 2 patiekalas su garmyru ir agurkai			14,07	21,45	59,52	468,31

Kiekvienu dieną geriamas stalo vanduo	200
Sezoniniai vaisiai	

**PASIRENKAMI PATIEKALAI**

Krupių sriuba (tausojančias, augalinis)	2-SR-24	250
Orkaitėje keptos paukštienos šlaunelės ar peteliai (tausojančias) su garmyru	4-Ant-P025	70/g
Paukštienos (file) kepinukai su garmyru	2-Ant-32	75/g
Vištenos (file) kukuliai su morkomis (tausojančias) su garmyru	3-10-3/6IT	80/g
Virtų bulvių blynai su mėsos(vištenos mėsa) įdaru ir padažu	2-Ant-53	150/30
Žuvies (laišos mėsa) kepinukai su garmyru	2-Ant-41	75/g
Morkų-cukinių apkepęs (augalinis, tausojančias)	2-Aug-9AA	150

**Garmyrai**

Bulvių košė (tausojančias)	1-Gar6	50
Virti makaronai (augalinis, tausojančias)	2-Gar-8	100
Pupelių salotos su marinuotais agurkais (augalinis) ar Morkų salotos su česnakų (augalinis)	2-Sal-26	50
Daržovių salotos su kmyvais (augalinis)	2-Sal-16	50
	2-Sal-31	50



UAB "Vydūna"  
Direktorė  
Aldona Lišovskaja



Direktorė  
Jūratė Pauliukienė

Nuo 2023-09-01

Valgiaraštis 7-10 metų vaikams

Valgiaraštis 11 metų ir vyresniems vaikams

1 savaitė  
Penktadienis

Pietūs val.

Patekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Beiga	B	R	A	Kcal
Agurkinė sriuba (augalinis, tausojantis)	2-SR-12	150	1,68	3,2	11,52	78,45
Grietinė 30%	1-Pad-17	6	0,14	1,8	0,19	17,58
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,52	20,52	86,80
1 pietų patiekalo pavadinimas						
Orkaitėje kepti maltos žuvies (jūros lydeka) kotletai su avižiniais dribsniais (tausojantis) su garmyru	9-8/162T Bogušienė	60/g	11,71	2,14	3,43	79,85
Sviestas 82%	2-Pad-18	15	0,11	12,39	0,12	111,6
2 pietų patiekalo pavadinimas						
Pica su padažu	2-Ant-81	150/30	14,04	13,67	40,84	346,4

Garmyrai

Bulvių košė ar (tausojantis)	1-Gar6	50	1,73	3,39	15,59	98,61
Ryžių kruopų košė (augalinis)	2-Gam-5	100	3,33	4,16	28,84	170,59
Pekino kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)	Se-S4	40	0,53	0,19	2,16	12,00
Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)	Se-D23	40	0,37	3,77	3,18	48,00
Viso 1 patiekalas su bulvių garmyru su pekino salotomis			18,86	23,63	53,53	484,89
Viso 1 patiekalas su ryžių garmyru ir pekino salotomis			20,46	24,40	66,78	556,87
Viso 2 patiekalas su morkomis			19,19	22,96	76,25	577,23

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo	200
Sezoniniai vaisiai	

Pietūs val.

Patekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Beiga	B	R	A	Kcal
Agurkinė sriuba (augalinis, tausojantis)	2-SR-12	250	2,81	5,34	19,21	130,75
Grietinė 30%	1-Pad-17	10	0,24	3	0,31	29,3
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,52	20,52	86,80
1 pietų patiekalo pavadinimas						
Orkaitėje kepti maltos žuvies (jūros lydeka) kotletai su avižiniais dribsniais (tausojantis) su garmyru	9-8/162T Bogušienė	60/g	11,71	2,14	3,43	79,85
Sviestas 82%	2-Pad-18	15	0,11	12,39	0,12	111,6
2 pietų patiekalo pavadinimas						
Pica su padažu	2-Ant-81	150/30	14,04	13,67	40,84	346,4

Garmyrai

Bulvių košė ar (tausojantis)	1-Gar6	50	1,73	3,39	15,59	98,61
Ryžių kruopų košė (augalinis)	2-Gam-5	100	3,33	4,16	28,84	170,59
Pekino kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)	Se-S4	40	0,53	0,19	2,16	12
Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)	Se-D23	40	0,37	3,77	3,18	48
Viso 1 patiekalas su bulvių garmyru su pekino salotomis			20,09	26,97	61,34	548,91
Viso 1 patiekalas su ryžių garmyru ir pekino salotomis			21,69	27,74	74,59	620,89
Viso 2 patiekalas su morkomis			20,42	26,3	84,06	641,25

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo	200
Sezoniniai vaisiai	

PASIRENKAMI PATIEKALAI

Agurkinė sriuba (augalinis, tausojantis)	2-SR-12	250/5
Orkaitėje kepti maltos žuvies (jūros lydeka) kotletai su avižiniais dribsniais (tausojantis) su garmyru	9-8/162T Bogušienė	60/g
Žuvies (jūros lydeka) kepsnys (konvekcija) su garmyru	2-Ant-38	75/g
Lietimis su varške jogurtinis grietinės padažas (tausojantis)	2-Ant-74	100/50/15
Pica su padažu	kontrol	150/30
Makaronai su fermentiniu sūriu (tausojantis)	2-Ant-66	150/20
Bulvių ir cukinijų kegelis su česnakiniu varškės padažu (augalinis)	5-86	200

Garmyrai

Bulvių košė ar (tausojantis)	1-Gar6	50
Ryžių kruopų košė (augalinis)	2-Gam-5	100
Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)	Se-D23	50
Burokelių salotos (augalinis)	1-Sal-15	50
Pekino kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)	Se-S4	50



Nuo 2023-09-01  
Valgiaraštis 7-10 metų vaikams

UAB „Vydyna“  
Direktorė

Aldona Lisovskaja

*(Signature)*

2 savaitė  
Pirmadienis

Pietūs val.

Pasidalymo pavadinimas	Rep. Nr.	Išgiga	B	R	A	Kcal
Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (augalinis, tausojantis)	Se-Sr28.1	150	2,79	2,48	20,00	113,00
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40
1 pietų patiekalo pavadinimas						
Virti kietųjų kviečių makaronai su kiaulienos (kumpis) mėsa (tausojantis)	2-Ant-68	75/75	26,11	11,44	26,73	313,64
2 pietų patiekalo pavadinimas						
Virti varškėčiai su grietine (tausojantis)	2-Antr-82	150	20,6	13,49	33,53	302,83
Grietinė 30%	1-Pad-17	30	0,72	9,00	0,93	87,9

Garnyrai

Kopūstų salotos (augalinis)	1-Sal-1	40	0,53	3,83	2,45	42,92
Šviežių morkų lazdelės (augalinis) ar	Se-D27	40	0,4	0,08	3,48	16
Viso 1 patiekalas su kopūstų salotomis		30,91	30,91	18,01	59,44	512,96
Viso 2 patiekalas sumorkomis		25,99	25,99	25,31	68,20	563,13

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo  
Sezoniniai vaisiai

200

PASIRENKAMI PATIEKALAI

Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (augalinis, tausojantis)						
Kiaulienos (nugarinė) kepsnys su garnyru						
Maltos kiaulienos (kumpinė) kepsnys su krynais ir garnyru (konvekojia, tausojantis)						
Virti kietųjų kviečių makaronai su kiauliena (kumpinė) (tausojantis)						
Lietiniai blynai su dešrelėmis ir sviestu						
Tradicioniai virti varškėčiai su grietine ir sviesto padažu (tausojantis)						
Žavies (jūros lydeka) kepsnys (konvekojia) su gamyru (tausojantis)						
Viso grūdo avizinių dribsnių košė su obuoliais, cinamonu ir alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)						
3-3/31AT						
Sezoniniai vaisiai						
Brinkintos grikių kruopos (augalinis, tausojantis)	Se-gr16	100				
Kopūstų salotos (augalinis)	1-Sal-1	50				
Morkų- obuolių ir salierų salotos (augalinis)	Se-S15.2	50				
Burokėlių salotos (augalinis)	2Sal-15	50				



Direktorė  
Jūratė Pauliukienė

Valgiaraštis 11 metų ir vyresniems vaikams

2 savaitė  
Pirmadienis

Pietūs val.

Pasidalymo pavadinimas	Rep. Nr.	Išgiga	B	R	A	Kcal
Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (augalinis, tausojantis)	Se-Sr28.1	250	4,65	4,13	33,34	188,33
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,52	20,52	86,80
1 pietų patiekalo pavadinimas						
Virti kietųjų kviečių makaronai su kiaulienos (kumpis) mėsa (tausojantis)	2-Ant-68	75/75	26,11	11,44	26,73	313,64
2 pietų patiekalo pavadinimas						
Virti varškėčiai su grietine (tausojantis)	2-Antr-82	150	20,6	13,49	33,53	302,83
Grietinė 30%	1-Pad-17	30	0,72	9	0,93	87,9

Garnyrai

Kopūstų salotos (augalinis)	1-Sal-1	50	0,67	4,79	3,07	53,65
Šviežių morkų lazdelės (augalinis) ar	Se-D27	40	0,4	0,08	3,48	16
Viso 1 patiekalas su kopūstų salotomis		34,39	34,39	20,88	83,66	642,42
Viso 2 patiekalas sumorkomis		29,33	29,33	27,22	91,8	681,86

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo  
Sezoniniai vaisiai

200



Valgiaraštis 7-10 metų vaikams  
**2 savaitė**  
 Antradienis

UAB „Vydyūna“  
 Direktorė  
**Aldona Lisovskaja**

*(Signature)*

Pietūs val.

Pateiktas pavadinimas	Rep. Nr.	Išga	B	R	A	Kcal
Pupelių sriuba su bulvėmis (augalinis)	2-Sr-17	150	3,64	3,3	14,61	93,57
Grietinė 30%	1-Pad-17	6	0,14	1,8	0,19	17,58
Viso grūdų ruginė duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40
1 pietų patiekalo pavadinimas						
Troškinta paukštiena (šlaunelės) (tausojančis) su garmyru	2-Ant-29	75/30/g	18,91	16,66	4,85	241,24
2 pietų patiekalo pavadinimas						
Troškinta žuvis (jūros lydeka) su daržovėmis (tausojančis) su garmyru	2-Antr-39	75/75/g	17,42	4,37	8,81	141,6
<b>Garmyrai</b>						
Virtos bulvės (augalinis, tausojančis) ar	2-Gar1	50	1,07	0,07	9,37	42,6
Perlinių kruopų košė (augalinis, tausojančis)	2-Garm-96	100	3,94	1,68	19,28	103,47
Burokėlių salotos (augalinis)	1-Sal-17	40	0,61	5,8	4,38	67,98
Morkų salotos su česnakų (augalinis)	2-Sal-11	40	0,42	3,82	3,58	46,34
Viso 1 patiekalas su bulvių garmyru ir burokėliais			25,85	27,89	43,86	506,37
Viso 1 patiekalas su kruopų garmyru ir burokėliais			28,72	29,50	53,57	567,24
Viso 2 patiekalas su bulvių garmyru ir morkomis			24,17	13,62	47,02	383,09
Viso 2 patiekalas su kruopų garmyru ir morkomis			27,04	15,23	56,73	443,96

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo  
 Sezoniniai vaisiai

200

**PASIRENKAMI PATIEKALAI**

Pupelių sriuba su bulvėmis (augalinis)	2-Sr-17	250
Kepta vištenos file su garmyru	4-AntP017	80/g
Orkaitėje keptas vištenos (šlaunelių mėsa) maltūkas (tausojančis) su garmyru	2-Ant-29	75/30/g
Troškinta paukštiena (šlaunelės) (tausojančis) su garmyru	2-Ant-78	150/20
Blynėliai su obuoliais su trintomis braškėmis	2-Ant-78	150/20
Blansiruotos šparaginės pupelės (augalinis, tausojančis)	Se-D17	100
<b>Garmyrai</b>		
Virtos bulvės (augalinis, tausojančis) ar	2-Gar1	50
Perlinių kruopų košė (augalinis, tausojančis)	2-Garm-96	100
Burokėlių salotos (augalinis)	1-Sal-17	50
Morkų salotos su česnakų (augalinis)	2-Sal-11	50
Kopūstų salotos (augalinis)	2-Sal-1	50



Valgiaraštis 11 metų ir vyresniems vaikams  
**2 savaitė**  
 Antradienis

Pietūs val.

Pateiktas pavadinimas	Rep. Nr.	Išga	B	R	A	Kcal
Pupelių sriuba su bulvėmis (augalinis)	2-Sr-17	250	6,07	5,5	24,36	155,95
Grietinė 30%	1-Pad-17	10	0,24	3	0,31	29,3
Viso grūdų ruginė duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40
1 pietų patiekalo pavadinimas						
Troškinta paukštiena (tausojančis)	2-Ant-29	75/30/g	18,91	16,66	4,85	241,24
2 pietų patiekalo pavadinimas						
Troškinta žuvis su daržovėmis (tausojančis)	2-Antr-39	75/75/g	17,42	4,37	8,81	141,6
<b>Garmyrai</b>						
Virtos bulvės (augalinis, tausojančis) ar	2-Gar1	50	1,07	0,07	9,57	42,6
Perlinių kruopų košė (augalinis, tausojančis)	2-Garm-96	100	3,94	1,68	19,28	103,47
Burokėlių salotos (augalinis)	1-Sal-17	50	0,76	7,25	5,48	84,97
Morkų salotos su česnakų (augalinis)	2-Sal-11	50	0,53	4,77	4,48	57,92
Viso 1 patiekalas su bulvių garmyru ir burokėliais			28,53	32,74	54,83	597,46
Viso 1 patiekalas su kruopų garmyru ir burokėliais			31,4	34,35	64,54	658,33
Viso 2 patiekalas su bulvių garmyru ir morkomis			26,81	17,97	57,79	470,77
Viso 2 patiekalas su kruopų garmyru ir morkomis			29,68	19,58	67,50	531,64

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo  
 Sezoniniai vaisiai

200







Nuo 2023-09-01

Valgiaraštis 7-10 metų vaikams

2 savaitė  
Ketvirtadienis

UAB „Vydytina“

Direktorė

Aldona Lisovskaja

Pietūs val.

Patekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išieiga	B	R	A	Kcal
Pieniška kruopų sriuba (tausojančias)	2-S-25	150	3,51	4,53	10,99	96,33
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40
1 pietų patekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išieiga				
Kiaulienos (kumpinė) kukuliai su rausvučiu padažu (tausojančias) su garmynu	K-5-222	75/30	14,56	9,29	10,59	183,09
Grietinės-pomidorų padažas	2-Pad-3	30	0,81	5,25	3,2	62,99
2 pietų patekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išieiga				
Kaimiški blynai	1-Ant-76	150	20,38	26,14	30,09	435,14
Uogienė	2-Pad-19	20	0,6	0	14,18	54,2
<b>Garmynai</b>						
Bulvių košė (tausojančias) ar	1-Gar6	50	1,73	3,39	15,59	98,61
Virti makaronai (augalinis, tausojančias)	2-Gar-8	100	4,19	4,13	29,09	173,55
Blanširuotos šparaginės pupelės (augalinis, tausojančias)	Se-D17	50	1	0,15	3,8	20,5
Kopūstų salotos (augalinis)	1-Sal-1	40	0,53	3,83	2,45	42,92
Viso 1 patiekalas su bulvių garmynu ir kopūstų salotomis			22,62	26,55	53,08	527,34
Viso 1 patiekalas su makaronų garmynu ir kopūstų salotomis			23,08	27,29	66,58	602,28
Viso 2 patiekalas su blanširuotomis pupelėmis			26,97	31,08	69,32	649,57

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo

Sezoniniai vaisiai

200
-----

PASIRENKAMI PATIEKALAI

Pieniška kruopų sriuba (tausojančias)	2-S-25	250
Kiaulienos (nugarinė) kepsnis su garmynu	2-ant-2	100/g
Kiaulienos (kumpinė) kukuliai su rausvučiu padažu (tausojančias) su garmynu	5-222	80/30/g
Virti varškėčiai su grietine (tausojančias)	2-Ant-82	100/15
Kiaulienos (mentė) ir kopūstų maltinukas (karališkas balandėlis) su garmynu	1-Ant-63	100/20/g
Morkų-cukinijų apkepimas (augalinis, tausojančias)	2-Aug-9AA	150
<b>Garmynai</b>		
Bulvių košė (tausojančias)	1-Gar6	50
Virti makaronai (augalinis, tausojančias)	2-Gar-8	100
Blanširuotos šparaginės pupelės (augalinis, tausojančias)	Se-D17	50
Morkų salotos su česnakais (augalinis)	2-Sal-16	50
Burokėlių salotos su obuoliu (augalinis, tausojančias)	2-Sal-23	50

Valgiaraštis 11 metų ir vyresniems vaikams

2 savaitė  
Ketvirtadienis

Pietūs val.

Patekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išieiga	B	R	A	Kcal
Pieniška kruopų sriuba (tausojančias)	2-S-25	250	5,89	7,55	18,32	160,55
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40
1 pietų patekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išieiga				
Kiaulienos (kumpinė) kukuliai su rausvučiu padažu (tausojančias) su garmynu	K-5-222	75/30	14,56	9,29	10,59	183,09
Grietinės-pomidorų padažas	2-Pad-3	30	0,81	5,25	3,2	62,99
2 pietų patekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išieiga				
Kaimiški blynai	1-Ant-76	150	20,38	26,14	30,09	435,14
Uogienė	2-Pad-19	20	0,6	0	14,18	54,2
<b>Garmynai</b>						
Bulvių košė (tausojančias) ar	1-Gar6	50	1,73	3,39	15,59	98,61
Virti makaronai (augalinis, tausojančias)	2-Gar-8	100	4,19	4,13	29,09	173,55
Blanširuotos šparaginės pupelės (augalinis, tausojančias)	Se-D17	50	1	0,15	3,8	20,5
Kopūstų salotos (augalinis)	1-Sal-1	40	0,53	3,83	2,45	42,92
Viso 1 patiekalas su bulvių garmynu ir kopūstų salotomis			25	29,57	60,41	591,56
Viso 1 patiekalas su makaronų garmynu ir kopūstų salotomis			27,46	30,31	73,91	666,5
Viso 2 patiekalas su blanširuotomis pupelėmis			29,35	34,1	76,65	713,79

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo

Sezoniniai vaisiai

200
-----



Direktorė  
Juratė Pauliukienė



Nuo 2023-09-01

Valgiaraštis 7-10 metų vaikams

2 savaitė  
Penktadienis

UAB „Vydūna“  
Direktorė  
Aldona Lisovskaja

*(Signature)*

Pietūs val.

Recepto pavadinimas	Recepto Nr.	Išdaga	B	R	A	Kcal
Daržovių sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	2-Sr-13	150/6	1,87	4,99	10,05	90,57
Viso grūdų ruginė duona	1Š	40	2,96	0,52	20,52	86,80
1 pietų patiekalo paruošimas						
Orkaitėje kepti maltos žuvies(jūros lydeka) kotletai su avižiniiais dribsniais (tausojantis) ir garmyru	9-8/162T Bogušienė	60/g	11,71	2,15	3,43	79,85
Grybų padažas su grietine	2-Pad-9	50	1,25	10,32	3,74	111,44
2 pietų patiekalo paruošimas						
Bulvių plokštainis	2-ant46	150	5,15	12,35	36,92	274,49
Grietinė 30%	1-Pad-17	30	0,72	9	0,93	87,9

Garmynai

Bulvių košė ar (tausojantis)	1-Gar6	50	1,73	3,39	15,59	98,61
Ryžių kruopų košė (augalinis)	2-Gam-5	50	1,67	2,08	14,42	85,3
Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)						
Burokėlių salotos (augalinis)	Se-DZ5	40	0,37	3,77	3,18	48
Agurkai švieži ar rauginti (augalinis)	1-Sal-15	40	0,61	5,8	4,38	67,98
Agurkai švieži ar rauginti ar marinuoti (augalinis)	2-Sal-38	40	0,12	0,08	0,92	4,40
Viso 1 patiekalas su bulvių garmyru ir burokėlių salotomis						
Viso 1 patiekalas su ryžių garmyru ir burokėlių salotomis						
Viso 2 patiekalas su morkų lazdelėmis						

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo

200

Sezoniniai vaisiai

PASIRENKAMI PATIEKALAI

Daržovių sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	2-Sr-13	250				
Orkaitėje kepti maltos žuvies (jūros lydeka) kotletai su avižiniiais dribsniais (tausojantis) su garmyru	Bogušienė	60/g				
Žuvies (jūros lydeka) kepsnis (konvekcija) su garmyru						
Lietinis su varške jogurtinis grietinės padažas (tausojantis)						
Makaromai su daržovėmis (augalinis, tausojantis)						
Bulvių plokštainis su grietine						
Mieliniai blynai su uogiene						
Garmynai						
Bulvių košė ar (tausojantis)						
Ryžių kruopų košė (augalinis)						
Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis) ar Burokėlių salotos (augalinis)						
Rauginti ar marinuoti agurkai (augalinis)						

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo

200

Sezoniniai vaisiai



Valgiaraštis 11 metų ir vyresniems vaikams

2 savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai val.

Recepto pavadinimas	Recepto Nr.	Išdaga	B	R	A	Kcal
Daržovių sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	2-Sr-13	250/10	3,12	8,32	16,54	150,95
Viso grūdų ruginė duona	1Š	40	2,96	0,52	20,52	86,80
1 pietų patiekalo paruošimas						
Orkaitėje kepti maltos žuvies(jūros lydeka) kotletai su avižiniiais dribsniais (tausojantis) ir garmyru	9-8/162T Bogušienė	60/g	11,71	2,15	3,43	79,85
2 pietų patiekalo paruošimas						
Bulvių plokštainis	2-ant46	150	5,15	12,35	36,92	274,49
Grietinė 30%	1-Pad-17	30	0,72	9	0,93	87,9

Garmynai

Bulvių košė ar (tausojantis)	1-Gar6	50	1,73	3,39	15,59	98,61
Ryžių kruopų košė (augalinis)	2-Gam-5	50	1,67	2,08	14,42	85,3
Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)						
Burokėlių salotos (augalinis)	Se-DZ3	40	0,37	3,77	3,18	48
Agurkai švieži ar rauginti (augalinis)	1-Sal-15	40	0,61	5,8	4,38	67,98
Agurkai švieži ar rauginti ar marinuoti (augalinis)	2-Sal-38	40	0,12	0,08	0,92	4,40
Viso 1 patiekalas su bulvių garmyru ir burokėlių salotomis						
Viso 1 patiekalas su makaronų garmyru ir kopūstų salotomis						
Viso 2 patiekalas su morkų lazdelėmis						

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo

200

Sezoniniai vaisiai



Nuo 2023-09-01

Valgiaraštis 7-10 metų vaikams  
Pirmadienis  
3 savaitė

UAB „Vydyna“  
Direktore  
Aldona Lisoyskaja

*(Signature)*

Pietis val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	B	R	A	Kcal
Žirnių sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	2-SR17	150	3,59	3,26	14,39	94,77
Viso grūdo ruginė duona	IŠ	20	1,48	0,26	10,26	43,40
<i>1 pietų patiekalo pavadinimas</i>						
Pieniška dešrelė su pomidorų padažu (tausojantis) ir garnyru	2-Ant-36	75/20/g	5,38	21,29	0,7	215,28
<i>2 pietų patiekalo pavadinimas</i>						
Troskinta mėsa (kiaulienos kumpinė) su padažu ir garnuru	2-Ant-1	75/45/g	22,35	16,96	7,57	268,27

**Garnyrai**

Brinkintos grikių kruopos (augalinis, tausojantis)	Se-gr16	50	2,21	0,54	12,13	62
Kopūstų salotos (augalinis)	1-Sal-1	40	0,53	3,83	2,45	42,92
Morkų- obuolių ir salierų salotos (augalinis)	Se-S15.2	40	0,33	0,09	3,56	16
Viso 1 patiekalas sukopūstų salotomis ir morkų- obuolių ir salierų salotomis garnyru			13,52	29,27	43,49	474,37

Viso 2 patiekalas sukopūstų salotomis ir morkų- obuolių ir salierų salotomis garnyru

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo	200
Sezoniniai vaisiai	



Valgiaraštis 11 metų ir vyresniems vaikams  
Pirmadienis  
3 savaitė

Pietis val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	B	R	A	Kcal
Žirnių sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	2-SR17	250	5,99	5,44	23,98	157,95
Viso grūdo ruginė duona	IŠ	40	2,96	0,52	20,52	86,80
<i>1 pietų patiekalo pavadinimas</i>						
Pieniška dešrelė su pomidorų padažu (tausojantis) ir garnyru	2-Ant-36	75/20/g	5,38	21,29	0,7	215,28
<i>2 pietų patiekalo pavadinimas</i>						
Troskinta mėsa (kiaulienos kumpinė) su padažu ir garnuru	2-Ant-1	75/45/g	22,35	16,96	7,57	268,27

**Garnyrai**

Brinkintos grikių kruopos (augalinis, tausojantis)	Se-gr16	50	2,21	0,54	12,13	62
Kopūstų salotos (augalinis)	1-Sal-1	50	0,67	4,79	3,07	53,65
Morkų- obuolių ir salierų salotos (augalinis)	Se-S15.2	40	0,33	0,09	3,56	16
Viso 1 patiekalas sukopūstų salotomis ir morkų- obuolių ir salierų salotomis garnyru			17,54	32,67	63,96	591,68

Viso 2 patiekalas sukopūstų salotomis ir morkų- obuolių ir salierų salotomis garnyru

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo	200
Sezoniniai vaisiai	

**PASIRENKAMI PATIEKALAI**

Žirnių sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	2-SR17	250
Kiaulienos (nugarinė) kepsnys su garnyru	2-ant-2	100/g
Kiaulienos (kumpinė) mahinukas su garnyru (tausojantis)	2-Ant-28	75/g
Virti varškėčiai su grietine (tausojantis)	2-Ant-82	200/30
Žuvies kepsnys(jūros lydeka) (konvekcija) su garnyru (tausojantis)	2-Ant-38	75/g
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su obuoliais, cinamonu ir alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)	3-3.3.1AT	300

**Garnyrai**

Brinkintos grikių kruopos (augalinis, tausojantis)	Se-gr16	100
Kopūstų salotos (augalinis)	1-Sal-1	50
Morkų, obuolių ir salierų salotos (augalinis)	Se-S15.2	50
Burokėlių salotos (augalinis)	2Sal-15	50

*(Signature)*



Nuo 2023-09-01

Valgiaraštis 7-10 metų vaikams

3 savaitė  
Antradienis

UAB „Vydūna“  
Direktorė

Aldona Lisouskajaitė

Pietūs val.

Patekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išgiga	B	R	A	Kcal
Šviežių kopūstų ar raugintų kopūstų sruaba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	2-Sr-7	150	1,43	3,18	8,66	64,28
Grietinė 30%	1-Pad-17	6	0,14	1,8	0,19	17,58
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,52	20,52	86,80
1 pietų patekalo pavadinimas						
Orkaitėje keptas spelta miltais parnuotas vištienos (file) maltinukas (tausojantis) su garmyru	4-AntPO11	70/g	16,73	2,52	6,51	115,67
2 pietų patekalo pavadinimas						
Virti varškėčiai su grietine (tausojantis)	2-Ant-82	150	20,6	13,49	33,53	302,83
Grietinė 30%	1-Pad-17	30	0,72	9	0,93	87,9
<b>Garmyrai</b>						
Virtos bulvės (augalinis, tausojantis) ar Periminių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	2-Gar1	50	1,07	0,07	9,57	42,6
Burokėlių salotos (augalinis)	2-Garm-96	100	3,94	1,68	19,28	103,47
Morkų salotos su česnakų (augalinis)	1-Sal-15	50	0,76	7,25	5,48	84,97
Šviežių morkų lazdelės (augalinis) ar Viso 1 patiekalas su bulvių garmyru ir burokėlių bei morkų su česnakų salotomis	2-Sal-16	50	0,53	4,77	4,48	57,92
Se-D27	40	0,4	0,08	3,48	16	
Viso 1 patiekalas su bulvių garmyru ir burokėlių bei morkų su česnakų salotomis			23,62	20,11	55,41	469,82
Viso 1 patiekalas su bulvių garmyru ir burokėlių bei morkų su česnakų salotomis			26,49	21,72	65,12	530,69
Viso 2 patiekalas su morkų lazdelėmis			26,38	32,76	68,31	617,31

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo

Sezoniniai vaisiai

	200

**PASIRENKAMI PATIEKALAI**

Šviežių kopūstų ar raugintų kopūstų sruaba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	2-Sr26	250/10	2,38	5,31	14,43	107,13
Grietinė 30%	1-Pad-17	10	0,24	3	0,31	29,3
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,52	20,52	86,80
1 pietų patekalo pavadinimas						
Orkaitėje keptas spelta miltais parnuotas vištienos (file) maltinukas (tausojantis) su garmyru	4-AntPO11	70/g	16,73	2,52	6,51	115,67
2 pietų patekalo pavadinimas						
Virti varškėčiai su grietine (tausojantis)	2-Ant-82	150	20,6	13,49	33,53	302,83
Grietinė 30%	1-Pad-17	30	0,72	9	0,93	87,9
<b>Garmyrai</b>						
Virtos bulvės (augalinis, tausojantis) ar Periminių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	2-Gar1	50	1,07	0,07	9,57	42,6
Burokėlių salotos (augalinis)	2-Garm-96	100	3,94	1,68	19,28	103,47
Morkų salotos su česnakų (augalinis)	1-Sal-15	50	0,76	7,25	5,48	84,97
Šviežių morkų lazdelės (augalinis) ar Viso 1 patiekalas su bulvių garmyru ir burokėlių bei morkų su česnakų salotomis	2-Sal-16	50	0,53	4,77	4,48	57,92
Se-D27	40	0,4	0,08	3,48	16	
Viso 1 patiekalas su bulvių garmyru ir burokėlių bei morkų su česnakų salotomis			24,67	23,44	61,30	524,39
Viso 1 patiekalas su bulvių garmyru ir burokėlių bei morkų su česnakų salotomis			27,54	25,05	71,01	585,26
Viso 2 patiekalas su morkų lazdelėmis			27,43	36,09	74,2	671,88
Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo						
Sezoniniai vaisiai						
		200				
<b>PASIRENKAMI PATIEKALAI</b>						
Šviežių kopūstų ar raugintų kopūstų sruaba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	2-Sr26	250/5				
Maltas paukštiesienos (šlaunelių mėsa) šnicelis (tausojantis) su garmyru	2Ant-30	100/g				
Mieliniai blynai su trintomis braškėmis	1-Ant35	75/g				
Troskūta žuvis (juos lydeka) su daržovėmis (tausojantis) su garmyru	2Ant-72	150/20				
Blanširuotos šparaginės pupelės (augalinis, tausojantis)	2-Ant-39	50/50/g				
<b>Garmyrai</b>						
Virtos bulvės (augalinis, tausojantis) ar Periminių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	Se-D17	100				
Burokėlių salotos (augalinis)	2-Gar1	50				
Morkų salotos su česnakų (augalinis)	2-Garm-96	100				
Kopūstų salotos (augalinis)	1-Sal-15	50				
Kopūstų salotos (augalinis)	2-Sal-16	50				
Kopūstų salotos (augalinis)	2-Sal-1	50				



Valgiaraštis 11 metų ir vyresniems vaikams

3 savaitė  
Antradienis

Pietūs val.

Patekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išgiga	B	R	A	Kcal
Šviežių kopūstų ar raugintų kopūstų sruaba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	2-Sr26	250/10	2,38	5,31	14,43	107,13
Grietinė 30%	1-Pad-17	10	0,24	3	0,31	29,3
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,52	20,52	86,80
1 pietų patekalo pavadinimas						
Orkaitėje keptas spelta miltais parnuotas vištienos (file) maltinukas (tausojantis) su garmyru	4-AntPO11	70/g	16,73	2,52	6,51	115,67
2 pietų patekalo pavadinimas						
Virti varškėčiai su grietine (tausojantis)	2-Ant-82	150	20,6	13,49	33,53	302,83
Grietinė 30%	1-Pad-17	30	0,72	9	0,93	87,9
<b>Garmyrai</b>						
Virtos bulvės (augalinis, tausojantis) ar Periminių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	2-Gar1	50	1,07	0,07	9,57	42,6
Burokėlių salotos (augalinis)	2-Garm-96	100	3,94	1,68	19,28	103,47
Morkų salotos su česnakų (augalinis)	1-Sal-15	50	0,76	7,25	5,48	84,97
Šviežių morkų lazdelės (augalinis) ar Viso 1 patiekalas su bulvių garmyru ir burokėlių bei morkų su česnakų salotomis	2-Sal-16	50	0,53	4,77	4,48	57,92
Se-D27	40	0,4	0,08	3,48	16	
Viso 1 patiekalas su bulvių garmyru ir burokėlių bei morkų su česnakų salotomis			24,67	23,44	61,30	524,39
Viso 1 patiekalas su bulvių garmyru ir burokėlių bei morkų su česnakų salotomis			27,54	25,05	71,01	585,26
Viso 2 patiekalas su morkų lazdelėmis			27,43	36,09	74,2	671,88
Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo						
Sezoniniai vaisiai						
		200				

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo

Sezoniniai vaisiai

	200



Nuo 2023-09-01

Valgiaraštis 7-10 metų vaikams

3 savaitė

Trečiadienis

Aldona Lisovskaja  
Direktorė  
UAB „Vydyna“

Pateikalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išsiga	B	R	A	Kcal
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis, tausojantis)	2-Sr-2	150	1,55	4,94	10,86	90,07
Grietinė 30%	1-Pad-17	6	0,14	1,8	0,19	17,58
Viso grūdo ruginė duona	IŠ	20	2,96	0,52	20,52	86,80
1 metų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išsiga				
Virti kietųjų kviečių makaronai su kiaulienos (kumpis) mėsa (tausojantis)	2-Ant-68	75,75	26,11	11,44	26,73	313,64
2 metų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išsiga				
Žuvies (jūros lydeka) kepinukai su garmyru (tausojantis)	2-Ant-41	75	13,08	9,77	8,81	176,17

**Garnyrai**

Pateikalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išsiga	B	R	A	Kcal
Virti miežiniai perliukai (augalinis, tausojantis)	Se-Gr12	80	3,04	0,61	20,93	101
Žalieji žirneliai (augalinis)	2-Sal-42	40	1,96	0,08	6,32	25,6
Viso 1 patiekalas su žaliais žirneliais			32,72	18,78	64,62	533,69
Viso 2 patiekalas su kruopų garmyru ir žirneliais			22,73	984,95	67,63	497,22

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo	200
Sezoniniai vaisiai	

**PASIRENKAMI PATEIKALAI**

Burokėlių sriuba su bulvėmis ir grietine (augalinis, tausojantis)	2-Sr1	250/5
Kiaulienos (mentė) maltinukas su garmyru (tausojantis)	2-Ant-28	75/g
Virti makaronai su kiaulienos (kumpinė) mėsa (tausojantis)	2-Ant-68	100/100
Kiaulienos kepsnys (nugarinė) su garmyru	2-Ant-9	100/g
Varskės apkepęs su grietine (tausojantis)	2-Ant-85	100/15
Žuvies kepsnys (jūros lydeka) (konvekcija) su garmyru	2-Ant-38	75/g
Makaronai su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	2-Ant-12AA	100/100

**Garnyrai**

Virtos bulvės (augalinis, tausojantis) ar	2-Gar1	50
Ryžių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	2-Gam-5	100
Pupelių salotos su marinuotais agurkais (augalinis) ar	2-Sal-26	50
Morkų-obuolių-porų salotos (augalinis)	2-Sal-14	50
Kopūstų salotos (augalinis) ar	1-Sal-1	50
Rauginti ar marinuoti agurkai (augalinis)	2-Sal-38	50



Valgiaraštis 11 metų ir vyresniems vaikams

3 savaitė

Trečiadienis

Pateikalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išsiga	B	R	A	Kcal
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis, tausojantis)	2-Sr-2	250	2,6	8,24	18,1	150,12
Grietinė 30%	1-Pad-17	10	0,24	3	0,31	29,3
Viso grūdo ruginė duona	IŠ	40	2,96	0,52	20,52	86,80
1 metų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išsiga				
Virti kietųjų kviečių makaronai su kiaulienos (kumpis) mėsa (tausojantis)	2-Ant-68	75,75	26,11	11,44	26,73	313,64
2 metų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išsiga				
Žuvies (jūros lydeka) kepinukai su garmyru (tausojantis)	2-Ant-41	75	13,08	9,77	8,81	176,17

**Garnyrai**

Pateikalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išsiga	B	R	A	Kcal
Virti miežiniai perliukai (augalinis, tausojantis)	Se-Gr12	80	3,04	0,61	20,93	101
Žalieji žirneliai (augalinis) ar	2-Sal-42	50	2,45	0,1	7,9	32
Viso 1 patiekalas su žaliais žirneliais			34,36	23,30	73,56	611,86
Viso 2 patiekalas su kruopų garmyru ir agurkais ir žirneliais			24,37	989,47	76,57	575,39

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo	200
Sezoniniai vaisiai	



Nuo 2023-09-01

Valgiaraštis 7-10 metų vaikams

3 savaitė  
Ketvirtadienis

UAB "Vydyna"  
Direktorė

Aldona Lisovskaja

Pietūs val.

Pasiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išgiga	B	R	A	Kcal
Pupelių, daržovių ir makaronų sriuba (augalinis, tausojantis)	5-5	150	4,7	2,35	16,78	107,05
Viso grūdų ruginė duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40
<b>Pietūs val.</b>						
1 pieno patiekalo pavadinimas						
Orkaitėje keptos paukštienos šlaunelės ar peteliai (tausojantis) su garmyru	4-Ant-P025	80	19,27	11,7	0,25	183,41
2 pieno patiekalo pavadinimas						
Cepelinai virtų bulvių su varške (tausojantis)	2-Ant-50	100	6,24	3,3	22,37	141,49
Grietinė 30%	1-Pad-17	30	0,72	9	0,93	87,9

**Garmyrai**

Bulvių košė (tausojantis) ar	1-Gar6	50	1,73	3,39	15,59	98,61
Virti makaronai (augalinis, tausojantis)	2-Gar-8	100	4,19	4,13	29,09	173,55
Daržovių salotos su paprikomis (augalinis)	2-Sal-5	40	0,6	3,96	2,42	44,2
Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)	Še-D23	40	0,37	3,77	3,18	48
Viso 1 patiekalas su bulvių garmyru ir daržovių salotomis			27,78	21,66	45,30	476,67
Viso 1 patiekalas su makaronų garmyru ir daržovių salotomis			30,24	22,40	58,80	551,61
Viso 2 patiekalas su garmyru ir agurkais			13,51	18,68	53,52	427,84

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo

Sezoniniai vaisiai

200



Direktorė  
Jūratė Paukšienė

Valgiaraštis 11 metų ir vyresniems vaikams

3 savaitė  
Ketvirtadienis

Pietūs val.

Pasiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išgiga	B	R	A	Kcal
Pupelių, daržovių ir makaronų sriuba (augalinis, tausojantis)	5-5	250	7,83	3,92	27,96	178,42
Viso grūdų ruginė duona	1Š	40	2,96	0,52	20,52	86,80
<b>Pietūs val.</b>						
1 pieno patiekalo pavadinimas						
Orkaitėje keptos paukštienos šlaunelės ar peteliai (tausojantis) su garmyru	4-Ant-P025	80	19,27	11,7	0,25	183,41
2 pieno patiekalo pavadinimas						
Cepelinai virtų bulvių su varške (tausojantis)	2-Ant-50	100	6,24	3,3	22,37	141,49
Grietinė 30%	1-Pad-17	30	0,72	9	0,93	87,9

**Garmyrai**

Bulvių košė (tausojantis) ar	1-Gar6	50	1,73	3,39	15,59	98,61
Virti makaronai (augalinis, tausojantis)	2-Gar-8	100	4,19	4,13	29,09	173,55
Daržovių salotos su paprikomis (augalinis)	2-Sal-5	50	0,75	4,95	3,03	55,26
Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)	Še-D23	40	0,37	3,77	3,18	48
Viso 1 patiekalas su bulvių garmyru ir daržovių salotomis			32,54	24,48	67,35	602,50
Viso 1 patiekalas su makaronų garmyru ir daržovių salotomis			35,00	25,22	80,85	677,44
Viso 2 patiekalas su garmyru ir agurkais			18,12	20,51	74,96	542,61

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo

Sezoniniai vaisiai

200

**PASIRENKAMI PATIEKALAI**

Pupelių, daržovių ir makaronų sriuba (augalinis, tausojantis)	5-5	250
Orkaitėje keptos paukštienos šlaunelės ar peteliai (tausojantis) su garmyru	4-Ant-P025	70'g
Paukštienos (file) kepinukai su garmyru (tausojantis)	2-Ant-32	75'g
Vištienos (file) kukuliai su morkomis (tausojantis) su garmyru	3-10-3/6IT	80'g
Cepelinai virtų bulvių su varške (tausojantis)	2-Ant-50	150,30
Žuvies (laišos mėsa) kepinukai su garmyru	2-Ant-41	75'g
Morkų-cukinių apkepamas (augalinis, tausojantis)	2-Aug-9AA	150
<b>Garmyrai</b>		
Bulvių košė (tausojantis)	1-Gar6	50
Virti makaronai (augalinis, tausojantis)	2-Gar-8	50
Pupelių salotos su marinuotais agurkais (augalinis) ar	2-Sal-26	50
Morkų salotos su česnakų (augalinis)	2-Sal-16	50
Daržovių salotos su kumysais	2-Sal-31	50



Nuo 2023-09-01

Valgiaraštis 7-10 metų vaikams  
3 savaitė

Penktadienis

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	B	R	A	Kcal
Agurkinė sriuba (augalinis, tausojantis)	2-SR-12	150	1,68	3,2	11,52	78,45
Grietinė 30%	1-Pad-17	6	0,14	1,8	0,19	17,58
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,52	20,52	86,80
1 pietų patiekalo pavadinimas						
Garuose kepta lydekos file su daržovėmis (tausojantis) su garmynu	Se-Ž2	75	11,24	5,8	556	108
Sviestas 82%	2-Pad-18	15	0,11	12,39	0,12	111,6
2 pietų patiekalo pavadinimas						
Pica su padažu	kontrol	150/30	14,04	13,67	40,84	346,4

**Garmynai**

Bulvių košė ar (tausojantis)	1-Gar6	50	1,73	3,39	15,59	98,61
Ryžių kruopų košė (augalinis)	2-Garm-5	100	3,33	4,16	28,84	170,59
Pekino kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)	Se-S4	40	0,53	0,19	2,16	12
Sviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)	Se-D23	40	0,37	3,77	3,18	48
Viso 1 patiekalas su bulvių garmynu ir pekino salotomis						
Viso 1 patiekalas su ryžių garmynu ir pekino salotomis						
Viso 2 patiekalas morkomis						

Kiekviena diena geriamas stalo vanduo

Sezoniniai vaisiai

200

**PASIRENKAMI PATIEKALAI**

Agurkinė sriuba (augalinis, tausojantis)	2-SR-12	250/5				
Garuose kepta lydekos file su daržovėmis (tausojantis) su garmynu	Se-Ž2	80g				
Žuvies (jūros lydeka) kepsnys (tausojantis), (konvekcija) su garmynu	2-Ant-38	75g				
Lietinis su varške jogurtinis grietinės padažas (tausojantis)						
Pica su padažu						
Makaronai su fermentiniu sūriu (tausojantis)						
Bulvių ir cukinijų kugelis su česnakiniu varškės padažu (augalinis)						
<b>Garmynai</b>						
Bulvių košė ar (tausojantis)						
Ryžių kruopų košė (augalinis)						
Sviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)						
Burokėlių salotos (augalinis)						
Pekino kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)						

Bulvių košė ar (tausojantis)

Ryžių kruopų košė (augalinis)

Sviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)

Burokėlių salotos (augalinis)

Pekino kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)



Direktorė  
Iūratė Pauliukienė

Valgiaraštis 11 metų ir vyresniems vaikams  
3 savaitė

Penktadienis

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	B	R	A	Kcal
Agurkinė sriuba (augalinis, tausojantis)	2-SR-12	250	2,81	5,34	19,21	130,75
Grietinė 30%	1-Pad-17	10	0,24	3	0,31	29,3
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,52	20,52	86,80
1 pietų patiekalo pavadinimas						
Garuose kepta lydekos file su daržovėmis (tausojantis) su garmynu	Se-Ž2	75	11,24	5,8	556	108
Sviestas 82%	2-Pad-18	15	0,11	12,39	0,12	111,6
2 pietų patiekalo pavadinimas						
Pica su padažu	kontrol	150/30	14,04	13,67	40,84	346,4
<b>Garmynai</b>						
Bulvių košė ar (tausojantis)	1-Gar6	50	1,73	3,39	15,59	98,61
Ryžių kruopų košė (augalinis)	2-Garm-5	100	3,33	4,16	28,84	170,59
Pekino kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)	Se-S4	40	0,53	0,19	2,16	12
Sviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)	Se-D23	40	0,37	3,77	3,18	48
Viso 1 patiekalas su bulvių garmynu ir pekino salotomis						
Viso 1 patiekalas su ryžių garmynu ir pekino salotomis						
Viso 2 patiekalas morkomis						

Kiekviena diena geriamas stalo vanduo

Sezoniniai vaisiai

200





Nuo 2023-09-01

Valgiaraštis 7-10 metų vaikams

4 savaitė

Pirmadienis

UAB „Vydyna“

Direktorė

Aldona Lisovskaja

Pietūs val.

Pateikalo pavadinimas	Rep. Nr.	Išgaga	B	R	A	Kcal
Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (augalinis, tausojantis)	Se-Sr28.1	150	2,79	2,48	20,00	113,00
Viso grūdų ruginė duona	1Š	40	2,96	0,52	20,52	86,80
1 pieno patiekalo paruošimui	Rep. Nr.	Išgaga				
Virti kietųjų kviečių makaronai su paukštiesos (šlaunelių) mėsa	2-Ant-68	75/75	26,11	11,44	26,73	313,64
2 pieno patiekalo paruošimui	Rep. Nr.	Išgaga				
Virti varškėčiai su grietine (tausojantis)	2-Antr-82	150	20,6	13,49	33,53	302,83
Grietinė 30%	1-Pad-17	30	0,72	9	0,93	87,9

Garnyrai

Šviežių morkų lazdelės (augalinis) ar	Se-D27	40	0,4	0,08	3,48	16
Viso 1 patiekalas su morkų lazdelėmis			32,26	14,52	70,73	529,44
Viso 2 patiekalas su morkų lazdelėmis			27,47	25,57	78,46	606,53

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo

Sezoniniai vaisiai

		200				
--	--	-----	--	--	--	--



Direktorė  
Juratė Paukštytė

Valgiaraštis 11 metų ir vyresniems vaikams

4 savaitė

Pirmadienis

Pietūs val.

Pateikalo pavadinimas	Rep. Nr.	Išgaga	B	R	A	Kcal
Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (augalinis, tausojantis)	Se-Sr28.1	250	4,65	4,13	33,34	189,00
Viso grūdų ruginė duona	1Š	40	2,96	0,52	20,52	86,80
1 pieno patiekalo paruošimui	Rep. Nr.	Išgaga				
Virti kietųjų kviečių makaronai su paukštiesos (šlaunelių) mėsa (tausojantis)	2-Ant-68	75/75	26,11	11,44	26,73	313,64
2 pieno patiekalo paruošimui	Rep. Nr.	Išgaga				
Virti varškėčiai su grietine (tausojantis)	2-Antr-82	150	20,6	13,49	33,53	302,83
Grietinė 30%	1-Pad-17	30	0,72	9	0,93	87,9

Garnyrai

Šviežių morkų lazdelės (augalinis) ar	Se-D27	40	0,4	0,08	3,48	16
Viso 1 patiekalas su morkų lazdelėmis			34,12	16,17	84,07	605,44
Viso 2 patiekalas su morkų lazdelėmis			29,33	27,22	91,8	682,53

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo

Sezoniniai vaisiai

		200				
--	--	-----	--	--	--	--

PASIRENKAMI PATIEKALAI

Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (augalinis, tausojantis)	Se-Sr28.1	250				
Vištienos kotletai (kulišelių mėsa)(konvekcija) su garmyru (tausojantis)	733/83	75/g				
Kepta vištienos file su garmyru	2-Ant-30	100/g				
Virti kietųjų kviečių makaronai su paukštiesos (šlaunelių) mėsa	2-Ant-68	100/50				
Tradicioniai virti varškėčiai su grietine ir sviesto padažu (tausojantis)	5-130	150/20				
Žuvies (jūros lydeka) kepsnys (konvekcija) su garmyru	2-Ant-38	75/g				
Viso grūdų avižinių dribsnių košė su obuoliais, cinamonu ir alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)	3-331/AT	300				

Garnyrai

Brinkintos grikių kruopos (augalinis, tausojantis)	Se-gr16	100				
Kopūstų salotos (augalinis)	1-Sal-1	40				
Morkų- obuolių ir salierų salotos (augalinis)	Se-S15.2	40				
Burokėlių salotos (augalinis)	2Sal-15	50				



Nuo 2023-09-01

Valgiaraštis 7-10 metų vaikams

4 savaitė Antradienis

UAB „Vydyna“  
Direktorė

Aldona Lisovskaja

Direktorė  
Jūratė Paulukienė



Valgiaraštis 11 metų ir vyresniems vaikams

4 savaitė Antradienis

Pietūs val.

Pateikalo pavadinimas	Rp. Nr.	Beiga	B	R	A	Kcal
Pupelių sriuba su bulvėmis (augalinis)	2-Sr-17	150	3,64	3,3	14,61	93,57
Grietinė 30%	1-Pad-17	6	0,14	1,8	0,19	17,58
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,52	20,52	86,80
1 pietų patiekalo paruošimas						
Maltos mėsos kepsnys (kumpis) su krynais (konvekcija), (tausojančias) su garmynu	2-Anr-17	75/g	15,98	10,53	8,71	191,16
2 pietų patiekalo paruošimas						
Troškinta žuvis (jūros lydeka) su daržovėmis (tausojančias) su garmynu	2-Antr-39	75/75/g	17,42	4,37	8,81	141,6

Garmynai

Virtos bulvės (augalinis, tausojančias) ar	2-Gar1	50	1,07	0,07	9,57	42,6
Perlinių kruopų košė (augalinis, tausojančias)	2-Gam-96	100	3,94	1,68	19,28	103,47
Burokėlių salotos (augalinis)	1-Sal-17	40	0,61	5,8	4,38	67,98
Morkų salotos su česnaku (augalinis)	2-Sal-11	40	0,42	3,82	3,58	46,34
Viso 1 patiekalas su bulvių garmynu ir burokų salotomis		24,40	22,02	57,98	499,69	
Viso 1 patiekalas su kruopų garmynu ir morkų salotomis		27,08	21,65	66,89	538,92	
Viso 2 patiekalas su bulvių garmynu ir burokų salotomis		25,84	15,86	58,08	450,13	
Viso 2 patiekalas su kruopų garmynu ir morkų salotomis		28,52	15,49	66,99	489,36	

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo

Sezoniniai vaisiai

	200
--	-----

Pietūs val.

Pateikalo pavadinimas	Rp. Nr.	Beiga	B	R	A	Kcal
Pupelių sriuba su bulvėmis (augalinis)	2-Sr-17	250	6,07	5,5	24,36	155,95
Grietinė 30%	1-Pad-17	10	0,24	3	0,31	29,3
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,96	0,52	20,52	86,80
1 pietų patiekalo paruošimas						
Maltos mėsos kepsnys (kumpis) su krynais (konvekcija), (tausojančias) su garmynu	2-Anr-17	75/g	15,98	10,53	8,71	191,16
2 pietų patiekalo paruošimas						
Troškinta žuvis su daržovėmis (tausojančias)	2-Antr-39	75/75/g	17,42	4,37	8,81	141,6

Garmynai

Virtos bulvės (augalinis, tausojančias) ar	2-Gar1	50	1,07	0,07	9,57	42,6
Perlinių kruopų košė (augalinis, tausojančias)	2-Gam-96	100	3,94	1,68	19,28	103,47
Burokėlių salotos (augalinis)	1-Sal-17	50	0,76	7,25	5,48	84,97
Morkų salotos su česnaku (augalinis)	2-Sal-11	50	0,53	4,77	4,48	57,92
Viso 1 patiekalas su bulvių garmynu ir burokų salotomis		27,08	26,87	68,95	590,78	
Viso 1 patiekalas su kruopų garmynu ir morkų salotomis		29,72	26	77,66	624,6	
Viso 2 patiekalas su bulvių garmynu ir burokų salotomis		28,52	20,71	69,05	541,22	
Viso 2 patiekalas su kruopų garmynu ir morkų salotomis		31,16	19,84	77,76	575,04	

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo

Sezoniniai vaisiai

	200
--	-----

PASIRENKAMI PATEIKALAI

Pupelių sriuba su bulvėmis (augalinis)	2-Sr-17	250
Mėsos (kumpis) troškiny su lėšiais (tausojančias) su garmynu	2-Anr-7	75/50/g
Maltos mėsos kepsnys (kumpis) su krynais (konvekcija), (tausojančias)	2-Anr-17	75/g
Įlyneliai su obuoliais su trintomis braškėmis	2-Antr-78	150/20
Troškinta žuvis su daržovėmis (tausojančias) su garmynu	2-Antr-39	75/75/g
Blansiruotos šparaginės pupelės (augalinis, tausojančias)	Se-DJ7	100
Garmynai		
Virtos bulvės (augalinis, tausojančias) ar	2-Gar1	50
Perlinių kruopų košė (augalinis, tausojančias)	2-Gam-96	100
Burokėlių salotos (augalinis)	1-Sal-17	50
Morkų salotos su česnaku (augalinis)	2-Sal-11	50
Kopūstų salotos (augalinis)	2-Sal-1	50



Nuo 2023-09-01

Valgaraštis 7-10 metų vaikams

4 savaitė  
Tretadienis

UAB „Vydyna“  
Direktorė

Aldona Lisovskaja

Pietūs val.

Pateikalo pavadinimas	Ep. Nr.	Išgaga	B	R	A	Kcal
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis, tausojantis)	2-Sr-2	150	1,55	4,94	10,86	90,07
Grietinė 30%	1-Pad-17	6	0,14	1,8	0,19	17,58
Viso grūdų ruginė duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40
1 pieno pateikalo pavadinimas						
Virtų bulvių cepelinai su mėsa (vištiena) (tausojantis)	2-Ant-53	100/20	8,57	6,75	25,53	194,72
Sviesto-grietinės padažas	2-Pad-5	20	0,42	10,54	0,68	98,94
2 pieno pateikalo pavadinimas						
Troškiny su mėsa (vištiena) ir ryžiais (tausojantis)	2-Ant-3	75/75	22,5	11,878	20,66	272,08
Viso grūdų ruginė duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40

Garnyrai

Žaliieji žirneliai (augalinis) ar	2-Sal-42	40	1,96	0,08	6,32	25,6
Pekino kopūstų salotos su morkomis ir obuoliu (augalinis)	Se-S4	40	0,53	0,19	2,16	12
Viso 1 patiekalas su pekino salotomis			12,69	24,48	49,68	456,71
Viso 2 patiekalas su žirneliais			29,11	19,22	58,55	492,13

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo

Sezoniniai vaisiai

	200
--	-----

Valgaraštis 11 metų ir vyresniems vaikams

4 savaitė  
Tretadienis

Pietūs val.

Pateikalo pavadinimas	Ep. Nr.	Išgaga	B	R	A	Kcal
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis, tausojantis)	2-Sr-2	250	2,6	8,24	18,1	150,12
Grietinė 30%	1-Pad-17	10	0,24	3	0,31	29,3
Viso grūdų ruginė duona	1Š	40	2,96	0,52	20,52	86,80
1 pieno pateikalo pavadinimas						
Virtų bulvių cepelinai su mėsa (kiauliena kumpinė) su padažu (tausojantis)	2-Ant-53	100/20	8,57	6,75	25,53	194,72
Sviesto-grietinės padažas	2-Pad-5	20	0,42	10,54	0,68	98,94
2 pieno pateikalo pavadinimas						
Troškiny su mėsa (kiauliena kumpinė) ir ryžiais (tausojantis)	2-Ant-3	75/75	22,5	11,878	20,66	272,08
Viso grūdų ruginė duona	1Š	40	2,96	0,52	20,52	86,80

Garnyrai

Žaliieji žirneliai (augalinis) ar	2-Sal-42	50	2,45	0,1	7,9	32
Pekino kopūstų salotos su morkomis ir obuoliu (augalinis)	Se-S4	40	0,53	0,19	2,16	12
Viso 1 patiekalas su pekino salotomis			15,32	18,7	66,62	472,94
Viso 2 patiekalas su žirneliais			33,71	24,238	88,01	657,1

Kiekvieną dieną geriamas stalo vanduo

Sezoniniai vaisiai

	200
--	-----

PASIRENKAMI PATIEKALAI

Burokėlių sriuba su bulvėmis ir grietine (augalinis, tausojantis)	2-Sr-1	250/5
Vištinės kotletai (kulšelių mėsa)(konvekcija) su garnyru (tausojantis)	733/83	75/g
Kepta vištienos file su garnyru	2-Ant-30	100/g
Makarponai su sūriu (tausojantis)	2-Ant-66	150/20
Žuvies kepsnys (jūros lydeka) (konvekcija) su garnyru (tausojantis)	2-Ant-38	75/g
Daržovių troškiny (augalinis, tausojantis)	2-Aug-11AA	200

Garnyrai

Virtos bulvės (augalinis, tausojantis) ar	2-Gar1	50
Perlinių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	2-Gar-96	100
Burokėlių salotos (augalinis)	1-Sal-15	40
Morkų salotos su česnakais (augalinis)	2-Sal-16	40
Kopūstų salotos (augalinis)	2-Sal-1	40



Nuo 2023-09-01

Valgiaraštis 7-10 metų vaikams  
4 savaitė  
Ketvirtadienis

UAB „Vydyna“  
Direktorė  
Aldona Lisovskaja

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išgiga	B	R	A	Kcal
Makaronų sriuba su kalafiorais (augalinis, tausojantis)	5-Sr-15	150	2,08	2,13	7,04	55,65
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40
1 pietų patiekalo pavadinimas						
Orkaitėje keptos paukštiesienos šlaunelės su garmyru (tausojantis)	4-P025	70/g	16,86	10,24	0,22	160,48
2 pietų patiekalo pavadinimas						
Mieliniai blynai su obuoliais ir trintomis braškėmis	2-Amf72	150	12,41	15,21	54,82	394,33
Uogienė	2-Pad-19	20	0,6	0	14,18	54,2
<b>Garnyrai</b>						
Bulvių košė (tausojantis) ar	1-Gar6	50	1,73	3,39	15,59	98,61
Daržovių salotos su paprikomis (augalinis) su aliejumi	2-Sal-5	40	0,60	3,96	2,42	44,20
Šviežių morkų lazdelės (augalinis)	Se-D27	40	0,4	0,08	3,48	16
Viso 1 patiekalas su bulvių koše ir daržovių salotomis						
Viso 2 patiekalas su morkų lazdelėmis						

Kiekviena diena geriama stalo vanduo  
Sezoniniai vaisiai

200

**PASIRENKAMI PATIEKALAI**

Makaronų sriuba su kalafiorais (augalinis, tausojantis)	5-Sr-15	250					
Orkaitėje keptos paukštiesienos šlaunelės su garmyru (tausojantis)	4-P025	80/g					
Vištenos koftelai (kulsėlių mėsa) (konvekcija) su garmyru (tausojantis)	733-83	75/g					
Kepa vištienos file su garmyru							
Virtų varškėčiai su grietine (tausojantis)							
Lietiniai su mėsa ir sviestu (tausojantis)							
Žuvies (lašišos mėsa) kepinukai su garmyru (tausojantis)							
Morkų-cukinijų apkepas (augalinis, tausojantis)							
<b>Garnyrai</b>							
Virtos bulvės (augalinis, tausojantis) ar							
Virti žaliieji lęšiai (augalinis, tausojantis)							
Blanšuotos šparaginės pupelės (augalinis, tausojantis)							
Morkų salotos su česnakų (augalinis)							
Burokėlių salotos su obuoliu (augalinis, tausojantis)							
2-Car1							50
Se-Gr17							100
Se-D17							50
2-Sal-16							50
2-Sal-23							50

Kiekviena diena geriama stalo vanduo  
Sezoniniai vaisiai

200



Valgiaraštis 11 metų ir vyresniems vaikams  
4 savaitė  
Ketvirtadienis

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išgiga	B	R	A	Kcal
Makaronų sriuba su kalafiorais (augalinis, tausojantis)	2-Sr-25	250	3,46	3,55	11,74	92,75
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40
1 pietų patiekalo pavadinimas						
Orkaitėje keptos paukštiesienos šlaunelės su garmyru (tausojantis)	4-P025	70/g	16,86	10,24	0,22	160,48
2 pietų patiekalo pavadinimas						
Mieliniai blynai su obuoliais ir trintomis braškėmis	2-Amf72	150	12,41	15,21	54,82	394,33
Uogienė	2-Pad-19	20	0,6	0	14,18	54,2
<b>Garnyrai</b>						
Bulvių košė (tausojantis) ar	1-Gar6	50	1,73	3,39	15,59	98,61
Daržovių salotos su paprikomis (augalinis) ar	2-Sal-5	50	0,77	4,75	3,1	53,45
Šviežių morkų lazdelės (augalinis) ar	Se-D27	40	0,4	0,08	3,48	16
Viso 1 patiekalas su bulvių koše ir daržovių salotomis						
Viso 2 patiekalas su morkų lazdelėmis						

Kiekviena diena geriama stalo vanduo  
Sezoniniai vaisiai

200



Nuo 2023-09-01

Valgiaraštis 7-10 metų vaikams

4 savaitė Penktadienis

UAB „Vydyna“  
Direktorė

Aldona Lisovskaja

Pietūs val.

Pateikalo pavadinimas	Rp. Nr.	Heiga	B	R	A	Kcal
Daržovių sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis) Grietinė 30%	2-Sr-13	150	1,73	3,19	9,86	72,99
	1-Pad-17	6	0,14	1,8	0,19	17,58
	IŠ	20	1,48	0,26	10,26	43,40
1 pietų pateikalo pavadinimas						
Virtų bulvių-varškės kukuliai (tausojantis) su padažu Grietinė 30%	2-Ant-55	150	8,01	4,04	43,39	238,05
	1-Pad-17	30	0,72	9,00	0,93	87,90
	Rp. Nr.	Heiga				
2 pietų pateikalo pavadinimas						
Žuvies kepsnys (jūros lydeka) (konvekcija) su gamyru (tausojantis) Grybų padažas su grietine	2-Ant-38	75	14,51	5,99	4,05	130,27
	2-Pad-9	50	1,25	10,32	3,74	111,44
	Rp. Nr.	Heiga				
<b>Garnyrai</b>						
Bulvių košė ar (tausojantis) Ryžių kruopų košė (augalinis)	1-Gar6	50	1,73	3,39	15,59	98,61
	2-Gar6-5	50	1,67	2,08	14,42	85,3
Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis) Burokėlių salotos (augalinis)	Se-D23	40	0,37	3,77	3,18	48
	1-Sal-15	40	0,61	5,8	4,38	67,98
	Viso 1 patiekalas su morkomis		12,45	22,06	67,81	507,92
Viso 2 patiekalas su bulvių gamyru ir burokėlių salotomis			21,45	30,75	48,07	542,27
Viso 2 patiekalas su ryžių gamyru ir burokėlių salotomis			21,39	29,44	46,90	528,96

Kiekviena diena geriamas stalo vanduo

Sezoniniai vaisiai

200

PASIRENKAMI PATIEKALAI

Orkanėje kepti miltos žuvies(jūros lydeka) kotletai su avinžirniais dribsniais (tausojantis) ir gamyru

Žuvies kepsnys (jūros lydeka) (konvekcija) su gamyru (tausojantis)

Lietinis su varške jogurtinis grietinės padažas (tausojantis)

Mieliniai blynai su uogiene

Makarozai su daržovėmis (augalinis, tausojantis)

**Garnyrai**

Bulvių košė ar (tausojantis)

Ryžių kruopų košė (augalinis)

Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis) ar

Burokėlių salotos (augalinis)

Rauginti ar marinuoti agurkai (augalinis)



Direktorė  
Jūratė Paukštytė

Valgiaraštis 11 metų ir vyresniems vaikams

4 savaitė Penktadienis

Pietūs val.

Pateikalo pavadinimas	Rp. Nr.	Heiga	B	R	A	Kcal
Daržovių sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis) Grietinė 30%	2-Sr-13	250	2,88	5,32	16,43	121,65
	1-Pad-17	10	0,24	3	0,31	29,3
	IŠ	40	2,96	0,52	20,52	86,80
1 pietų pateikalo pavadinimas						
Virtų bulvių-varškės kukuliai (tausojantis) su padažu Grietinė 30%	2-Ant-55	150	8,01	4,04	43,39	238,05
	1-Pad-17	30	0,72	9	0,93	87,9
	Rp. Nr.	Heiga				
2 pietų pateikalo pavadinimas						
Žuvies kepsnys (jūros lydeka) (konvekcija) su gamyru (tausojantis) Grybų padažas su grietine	2-Ant-38	75	14,51	5,99	4,05	130,27
	2-Pad-9	50	1,25	10,32	3,74	111,44
	Rp. Nr.	Heiga				
<b>Garnyrai</b>						
Bulvių košė ar (tausojantis) Ryžių kruopų košė (augalinis)	1-Gar6	50	1,73	3,39	15,59	98,61
	2-Gar6-5	50	1,67	2,08	14,42	85,3
Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis) Burokėlių salotos (augalinis)	Se-D23	40	0,37	3,77	3,18	48
	1-Sal-15	40	0,61	5,8	4,38	67,98
	Viso 1 patiekalas su morkomis		15,18	25,65	84,76	611,70
Viso 2 patiekalas su bulvių gamyru ir burokėlių salotomis			24,18	34,34	65,02	646,05
Viso 2 patiekalas su ryžių gamyru ir burokėlių salotomis			24,12	33,03	63,85	632,74

Kiekviena diena geriamas stalo vanduo

Sezoniniai vaisiai

200

PASIRENKAMI PATIEKALAI

Orkanėje kepti miltos žuvies(jūros lydeka) kotletai su avinžirniais dribsniais (tausojantis) ir gamyru

Žuvies kepsnys (jūros lydeka) (konvekcija) su gamyru (tausojantis)

Lietinis su varške jogurtinis grietinės padažas (tausojantis)

Mieliniai blynai su uogiene

Makarozai su daržovėmis (augalinis, tausojantis)

**Garnyrai**

Bulvių košė ar (tausojantis)

Ryžių kruopų košė (augalinis)

Šviežios morkų lazdelės apšlakstytos nerafinuotu alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis) ar

Burokėlių salotos (augalinis)

Rauginti ar marinuoti agurkai (augalinis)