



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

UAB „Namų dvasia maitinimo projektuose“

Į/k 305094661; Buveinė: Kojelavičiaus g. 1, Vilnius
Tel.: +370 686 373 51; El. paštas: namudvasia@gmail.com

Suvožtiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis)
su virta jautiena / vištiena / kalakutiena ir daržovėmis

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

Papildomas maitinimas (bufeto patiekalai)

Vaikų amžiaus grupės: 6-10; 11 ir vyresnių

Įstaigos darbo laikas
Nuo 8:00 iki 16:00 val.

1 savaitė
Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Suvožtiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis)						
<u>(1 variantas)</u> su virta jautiena ir daržovėmis						
		80/60/45	24,76	18,31	39,20	420,85
<u>(2 variantas)</u> su virta vištiena ir daržovėmis						
		80/60/45	23,50	13,99	39,26	380,65
<u>(3 variantas)</u> su virta kalakutiena ir daržovėmis						
	9	80/60/45	15,34	14,05	41,48	360,85
Iš viso (1 variantas):			24,76	18,31	39,20	420,85
Iš viso (2 variantas):			23,50	13,99	39,26	380,65
Iš viso (3 variantas):			23,50	13,99	39,26	360,85

1 savaitė
Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, keal
			baltym ai, g	riebalai, g	angliavandeniā i, g	
Suvožtiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis)	9					
(1 variantas) su virta jautiena ir daržovėmis		80/60/45	24,76	18,31	39,20	420,85
(2 variantas) su virta vištiena ir daržovėmis		80/60/45	23,50	13,99	39,26	380,65
(3 variantas) su virta kalakutienu ir daržovėmis		80/60/45	15,34	14,05	41,48	360,85
Iš viso (1 variantas):			24,76	18,31	39,20	420,85
Iš viso (2 variantas):			23,50	13,99	39,26	380,65
Iš viso (3 variantas):			23,50	13,99	39,26	360,85

1 savaitė

Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Suvožtiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis)	9					
(1 variantas) su virta jautiena ir daržovėmis						
(2 variantas) su virta vištiena ir daržovėmis		80/60/45	24,76	18,31	39,20	420,85
(3 variantas) su virta kalakutienu ir daržovėmis		80/60/45	23,50	13,99	39,26	380,65
	9	80/60/45	15,34	14,05	41,48	360,85
Iš viso (1 variantas):			24,76	18,31	39,20	420,85
Iš viso (2 variantas):			23,50	13,99	39,26	380,65

Iš viso (3 variantas):	23,50	13,99	39,26	360,85
------------------------	-------	-------	-------	--------

1 savaitė

Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Suvožtiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis)	9					
<u>(1 variantas)</u> su virta jautiena ir daržovėmis		80/60/45	24,76	18,31	39,20	420,85
<u>(2 variantas)</u> su virta vištiena ir daržovėmis		80/60/45	23,50	13,99	39,26	380,65
<u>(3 variantas)</u> su virta kalakutiena ir daržovėmis		80/60/45	15,34	14,05	41,48	360,85
Iš viso (1 variantas):			24,76	18,31	39,20	420,85
Iš viso (2 variantas):			23,50	13,99	39,26	380,65
Iš viso (3 variantas):			23,50	13,99	39,26	360,85

1 savaitė

Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Suvožtiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis)	9					
<u>(1 variantas)</u> su virta jautiena ir daržovėmis		80/60/45	24,76	18,31	39,20	420,85
<u>(2 variantas)</u> su virta vištiena ir		80/60/45	23,50	13,99	39,26	380,65

daržovėmis					
(3 variantas) su virta kalakutienu ir daržovėmis					
	80/60/45	15,34	14,05	41,48	360,85
Iš viso (1 variantas):	24,76	18,31	39,20	420,85	
Iš viso (2 variantas):	23,50	13,99	39,26	380,65	
Iš viso (3 variantas):	23,50	13,99	39,26	360,85	

2 savaitė
Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Suvožtiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis)						
(1 variantas) su virta jautiena ir daržovėmis						
		80/60/45	24,76	18,31	39,20	420,85
(2 variantas) su virta vištiena ir daržovėmis						
		80/60/45	23,50	13,99	39,26	380,65
(3 variantas) su virta kalakutienu ir daržovėmis						
	9	80/60/45	15,34	14,05	41,48	360,85
Iš viso (1 variantas):			24,76	18,31	39,20	420,85
Iš viso (2 variantas):			23,50	13,99	39,26	380,65
Iš viso (3 variantas):			23,50	13,99	39,26	360,85

2 savaitė
Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Suvožtiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis)	9					
(1 variantas)		80/60/45	24,76	18,31	39,20	420,85

su virta jautiena ir daržovėmis					
(2 variantas) su virta vištiena ir daržovėmis					
	80/60/45	23,50	13,99	39,26	380,65
(3 variantas) su virta kalakutiena ir daržovėmis					
	80/60/45	15,34	14,05	41,48	360,85
Iš viso (1 variantas):		24,76	18,31	39,20	420,85
Iš viso (2 variantas):		23,50	13,99	39,26	380,65
Iš viso (3 variantas):		23,50	13,99	39,26	360,85

2 savaitė
Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Suvožiniai (viso grūdo su selenomis ir skaidulomis)						
(1 variantas) su virta jautiena ir daržovėmis						
		80/60/45	24,76	18,31	39,20	420,85
(2 variantas) su virta vištiena ir daržovėmis						
		80/60/45	23,50	13,99	39,26	380,65
(3 variantas) su virta kalakutiena ir daržovėmis						
	9	80/60/45	15,34	14,05	41,48	360,85
Iš viso (1 variantas):			24,76	18,31	39,20	420,85
Iš viso (2 variantas):			23,50	13,99	39,26	380,65
Iš viso (3 variantas):			23,50	13,99	39,26	360,85

2 savaitė
Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	

Suvožtiniai (viso grūdo su selenomis ir skaidulomis)					
(1 variantas) su virta jautiena ir daržovėmis					
(2 variantas) su virta vištiena ir daržovėmis					
(3 variantas) su virta kalakutiena ir daržovėmis					
	9	80/60/45	15,34	14,05	41,48
Iš viso (1 variantas):		24,76	18,31	39,20	420,85
Iš viso (2 variantas):		23,50	13,99	39,26	380,65
Iš viso (3 variantas):		23,50	13,99	39,26	360,85

2 savaitė
Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Suvožtiniai (viso grūdo su selenomis ir skaidulomis)						
(1 variantas) su virta jautiena ir daržovėmis						
(2 variantas) su virta vištiena ir daržovėmis						
(3 variantas) su virta kalakutiena ir daržovėmis						
	9	80/60/45	15,34	14,05	41,48	360,85
Iš viso (1 variantas):		24,76	18,31	39,20	420,85	
Iš viso (2 variantas):		23,50	13,99	39,26	380,65	
Iš viso (3 variantas):		23,50	13,99	39,26	360,85	

3 savaitė
Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Suvožtiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis)						
<u>(1 variantas)</u> su virta jautiena ir daržovėmis		80/60/45	24,76	18,31	39,20	420,85
<u>(2 variantas)</u> su virta vištiena ir daržovėmis		80/60/45	23,50	13,99	39,26	380,65
<u>(3 variantas)</u> su virta kalakutiena ir daržovėmis	9	80/60/45	15,34	14,05	41,48	360,85
Iš viso (1 variantas):			24,76	18,31	39,20	420,85
Iš viso (2 variantas):			23,50	13,99	39,26	380,65
Iš viso (3 variantas):			23,50	13,99	39,26	360,85

3 savaitė
Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Suvožtiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis)						
<u>(1 variantas)</u> su virta jautiena ir daržovėmis		80/60/45	24,76	18,31	39,20	420,85
<u>(2 variantas)</u> su virta vištiena ir daržovėmis		80/60/45	23,50	13,99	39,26	380,65
<u>(3 variantas)</u> su virta kalakutiena ir daržovėmis	9	80/60/45	15,34	14,05	41,48	360,85

Iš viso (1 variantas):	24,76	18,31	39,20	420,85
Iš viso (2 variantas):	23,50	13,99	39,26	380,65
Iš viso (3 variantas):	23,50	13,99	39,26	360,85

3 savaitė
Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Suvožtiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis)	9					
(1 variantas) su virta jautiena ir daržovėmis		80/60/45	24,76	18,31	39,20	420,85
(2 variantas) su virta vištiena ir daržovėmis		80/60/45	23,50	13,99	39,26	380,65
(3 variantas) su virta kalakutiena ir daržovėmis		80/60/45	15,34	14,05	41,48	360,85
Iš viso (1 variantas):			24,76	18,31	39,20	420,85
Iš viso (2 variantas):			23,50	13,99	39,26	380,65
Iš viso (3 variantas):			23,50	13,99	39,26	360,85

3 savaitė
Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Suvožtiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis)	9					
(1 variantas) su virta jautiena ir daržovėmis		80/60/45	24,76	18,31	39,20	420,85
(2 variantas) su virta vištiena ir		80/60/45	23,50	13,99	39,26	380,65

daržovėmis					
(3 variantas) su virta kalakutienu ir daržovėmis					
	80/60/45	15,34	14,05	41,48	360,85
Iš viso (1 variantas):	24,76	18,31	39,20	420,85	
Iš viso (2 variantas):	23,50	13,99	39,26	380,65	
Iš viso (3 variantas):	23,50	13,99	39,26	360,85	

3 savaitė
Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebalai, g	angliavandeniai, i. g	
Suvožtiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis)						
(1 variantas) su virta jautiena ir daržovėmis						
		80/60/45	24,76	18,31	39,20	420,85
(2 variantas) su virta vištiena ir daržovėmis						
		80/60/45	23,50	13,99	39,26	380,65
(3 variantas) su virta kalakutienu ir daržovėmis						
	9	80/60/45	15,34	14,05	41,48	360,85
Iš viso (1 variantas):			24,76	18,31	39,20	420,85
Iš viso (2 variantas):			23,50	13,99	39,26	380,65
Iš viso (3 variantas):			23,50	13,99	39,26	360,85

Natalija Derškienė

Direktorė

