



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

UAB „Namų dvasia maistinio projektuose“

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

Karšti sumuštiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis):

- Vegetariškas – su ekologiškomis daržovėmis ir fermentiniu sūriu;

- Su fermentiniu sūriu ir virtu kumpeliu

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
Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Karšti sumuštiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis)						
(1 variantas) Vegetariškas – su ekologiškomis daržovėmis ir fermentiniu sūriu						
		40/28/10	6,23	4,32	21,29	151,95
(2 variantas) Su fermentiniu sūriu ir virtu kumpeliu						
	26	40/10/20	9,77	4,84	20,01	165,50
Iš viso (1 variantas):			6,23	4,32	21,29	151,95
Iš viso (2 variantas):			9,77	4,84	20,01	165,50

1 savaitė
Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išsiga g.	Patiekalo maistinė vērtē, g			Enerģinē vērtē, kcal
			baltym ai, g	riebalai, g	angliavandeni i, g	
Karšti sumuštiniai (viso grūdo su sēlenomis ir skaidulomis)	26					
<u>(1 variants)</u> Veģetariškas – su ekoloģiškomi daržovēmi ir fermentiniu sūriu						
<u>(2 variants)</u> <u>Su fermentiniu sūriu ir virtu kumpeliu</u>		40/28/10	6,23	4,32	21,29	151,95
		40/10/20	9,77	4,84	20,01	165,50
Iš viso (1 variants):			6,23	4,32	21,29	151,95

1 savaitė
Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga g.	Patiekalo maistinė vērtē, g			Enerģinē vērtē, kcal
			baltym ai, g	riebalai, g	angliavandenia i, g	
Karšti sumuštiniai (viso grūdo su sēlenomis ir skaidulomis)	26					
<u>(1 variants)</u> Vegetariškas – su ekologiškomis daržovėmis ir fermentiniu sūriu						
<u>(2 variants)</u> Su fermentiniu sūriu ir virtu kumpeliu		40/28/10	6,23	4,32	21,29	151,95
		40/10/20	9,77	4,84	20,01	165,50
Iš viso (1 variants):			6,23	4,32	21,29	151,95

1 savaitė
Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Karšti sumuštiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis)	26					
<u>(1 variantas)</u> Vegetariškas – su ekologiškomis daržovėmis ir fermentiniu sūriu						
		40/28/10	6,23	4,32	21,29	151,95
<u>(2 variantas)</u> Su fermentiniu sūriu ir virtu kumpeliu						
		40/10/20	9,77	4,84	20,01	165,50
Iš viso (1 variantas):			6,23	4,32	21,29	151,95

1 savaitė
Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išēiga g.	Patiekalo maistinė vētē, g			Enerģinē vētē, kcal
			baltym ai, g	riebalai, g	angliavandenia i, g	
Karsti sumuštiniai (viso grūdo su sēlenomis ir skaidulomis)	26					
<u>(1 variants)</u> Veģetariškas – su ekoloģiškomi daržovēmi ir fermentiniu sūri						
		40/28/10	6,23	4,32	21,29	151,95
<u>(2 variants)</u> Su fermentiniu sūri ir virtu kumpeli						
		40/10/20	9,77	4,84	20,01	165,50
Iš viso (1 variants):			6,23	4,32	21,29	151,95

2 savaitė
Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Karšti sumuštiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis)	26					
<u>(1 variantas)</u> Vegetariškas – su ekologiškomis daržovėmis ir fermentiniu sūriu		40/28/10	6,23	4,32	21,29	151,95
<u>(2 variantas)</u> Su fermentiniu sūriu ir virtu kumpeliu		40/10/20	9,77	4,84	20,01	165,50
Iš viso (1 variantas):		6,23	4,32	21,29	151,95	

2 savaitė
Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Karšti sumuštiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis)	26					
<u>(1 variantas)</u> Vegetariškas – su ekologiškomis daržovėmis ir fermentiniu sūriu						
<u>(2 variantas)</u> Su fermentiniu sūriu ir virtu kumpeliu		40/28/10	6,23	4,32	21,29	151,95
	26	40/10/20	9,77	4,84	20,01	165,50
Iš viso (1 variantas):			6,23	4,32	21,29	151,95

2 savaitė
Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Karšti sumuštiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis)						
<u>(1 variantas)</u> Vegetariškas – su ekologiškomis daržovėmis ir fermentiniu sūriu		40/28/10	6,23	4,32	21,29	151,95
<u>(2 variantas)</u> Su fermentiniu sūriu ir virtų kumpelių	26	40/10/20	9,77	4,84	20,01	165,50
Iš viso (1 variantas):			6,23	4,32	21,29	151,95

2 savaitė
Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Karšti sumuštiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis)						
<u>(1 variantas)</u> Vegetariškas – su ekologiškomis daržovėmis ir fermentiniu sūriu		40/28/10	6,23	4,32	21,29	151,95
<u>(2 variantas)</u> Su fermentiniu sūriu ir virtų kumpelių	26	40/10/20	9,77	4,84	20,01	165,50
Iš viso (1 variantas):			6,23	4,32	21,29	151,95

2 savaitė
Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga g.	Patiekalo maistinė vertē, g			Enerģinē vertē, kcal
			baltym ai, g	riebalai, g	angliavandeni i, g	
Karšti sumuštiniai (viso grūdo su sēlenomis ir skaidulomis)	26					
<u>(1 variants)</u> Veģetariškas – su ekoloģiškomis daržovēm is ir fermentiniu sūriu						
		40/28/10	6,23	4,32	21,29	151,95
<u>(2 variants)</u> Su fermentiniu sūriu ir virtu kumpeliu						
		40/10/20	9,77	4,84	20,01	165,50
Iš viso (1 variants):			6,23	4,32	21,29	151,95

3 savaitė
Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išēiga g.	Patiekalo maistinė vētē, g			Enerģinē vētē, kcal
			baltym ai, g	riebalai, g	angliavandenia i, g	
Karšti sumuštiniai (viso grūdo su sēlenomis ir skaidulomis)	26					
<u>(1 variants)</u> Veģetariškas – su ekoloģiškomis daržovēmīs ir fermentiniu sūriu						
<u>(2 variants)</u> Su fermentiniu sūriu ir virtu kumpeliu		40/28/10	6,23	4,32	21,29	151,95
		40/10/20	9,77	4,84	20,01	165,50
Iš viso (1 variants):			6,23	4,32	21,29	151,95

3 savaitė
Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Karšti sumuštiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis)						
<u>(1 variantas)</u> Vegetariškas – su ekologiškais daržovėmis ir fermentiniu sūriu						
		40/28/10	6,23	4,32	21,29	151,95
<u>(2 variantas)</u> Su fermentiniu sūriu ir virtu kumpeliu						
	26	40/10/20	9,77	4,84	20,01	165,50
Iš viso (1 variantas):			6,23	4,32	21,29	151,95

3 savaitė
Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Karšti sumuštiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis)						
<u>(1 variantas)</u> Vegetariškas – su ekologiškais daržovėmis ir fermentiniu sūriu						
		40/28/10	6,23	4,32	21,29	151,95
<u>(2 variantas)</u> Su fermentiniu sūriu ir virtu kumpeliu						
	26	40/10/20	9,77	4,84	20,01	165,50
Iš viso (1 variantas):			6,23	4,32	21,29	151,95

3 savaitė
Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Karšti sumuštiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis)	26					
<u>(1 variantas)</u> Vegetariškas – su ekologiškomis daržovėmis ir fermentiniu sūriu						
<u>(2 variantas)</u> Su fermentiniu sūriu ir virtu kumpeliu		40/28/10	6,23	4,32	21,29	151,95
		40/10/20	9,77	4,84	20,01	165,50
Iš viso (1 variantas):			6,23	4,32	21,29	151,95

3 savaitė
Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Karšti sumuštiniai (viso grūdo su sėlenomis ir skaidulomis)	26					
<u>(1 variantas)</u> Vegetariškas – su ekologiškomis daržovėmis ir fermentiniu sūriu						
<u>(2 variantas)</u> Su fermentiniu sūriu ir virtu kumpeliu		40/28/10	6,23	4,32	21,29	151,95
Iš viso (1 variantas):	26	40/28/10	9,77	4,84	20,01	165,50
			6,23	4,32	21,29	151,95

Natalija Derškienė

Direktorė

