VVP-10132
2019-08-23

3 savaitė

Pirmadienis

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta viso grūdo avižinių dribsnių košė (tausojantis)	110A	150g	7,39	7,37	26,34	194,55
Traputis su sūriu	8Š	0,5v/5g	3,54	2,52	4,11	52,50
Nesaldinta čiobrelių arbata		200g	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			**10,93**	**9,89**	**30,45**	**247,05**

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112

Sriubos 10.05 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	27Sr	250g	7,29	7,90	17,77	175,20
Iš viso:			**7,29**	**7,90**	**17,77**	**175,20**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	27Sr	150g	4,37	4,67	10,66	105,12
Iš viso:			**4,37**	**4,67**	**10,66**	**105,12**

Pietūs 12 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos troškinys su nešlifuotais ryžiais (tausojantis)	3A	120/120g	36,00	19,01	33,05	435,31
Kopūstų salotos su agurkais, pomidorais, porais, al.aliejaus padažu	2S	150g	2,18	7,80	7,40	97,53
Iš viso:			**38,18**	**26,81**	**40,44**	**532,84**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Salierų blynai su saulėgrąžomis (augalinis, tausojantis)	1AA	300g	8,49	8,25	67,11	430,35
Daržovių padažas	15P	50g	1,07	5,11	4,36	70,05
Iš viso:			**9,56**	**13,36**	**71,47**	**500,40**

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės,morkų ir avižinių dribsnių blynai (tausojantis)	113A	250g	27,95	26,23	60,18	579,88
Trintos uogos su jogurtu	13D	80/20g	1,32	0,47	8,98	40,20
Iš viso:			**29,27**	**26,70**	**69,16**	**620,08**

Direktorė
Daiva Jagminienė

VVP-10122
2019-08-23

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta paukštienos file (tausojantis)	30A	150g	36,75	10,56	13,23	295,58
Bulvių košė su pienu	3Gar	100g	2,34	3,82	16,47	108,53
Morkų, obuolių ir porų salotos su aliejaus padažu	14S	150g	1,35	14,45	14,64	181,16
Iš viso:			**40,44**	**28,83**	**44,34**	**585,27**

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas kalakutų šlaunelių mėsos kepsnys (tausojantis)	34A	100g	21,23	12,55	9,51	235,04
Bulvių- moliūgų košė	12Ga	100g	2,11	3,79	13,40	94,49
Burokėlių salotos su ž.žirneliais, aliejaus padažu	18S	150g	4,17	21,83	20,94	273,80
Iš viso:			**27,51**	**38,17**	**43,85**	**603,33**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos-daržovių troškinys (tausojantis)	2A	175/175g	61,04	20,16	18,83	486,85
Virtos bulvės	1Gar	100g	2,14	0,13	19,14	85,20
Iš viso:			**63,18**	**20,29**	**37,97**	**572,05**

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta paukštiena (file) (tausojantis)	29A	150/60g	51,00	13,32	10,32	358,26
Bulvių košė su pienu	3Gar	75g	1,76	2,87	12,35	81,40
Morkų, obuolių ir porų salotos su aliejaus padažu	14S	150g	1,35	14,45	14,64	181,16
Iš viso:			**54,11**	**30,63**	**37,31**	**620,81**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Direktorė
Daiva Jagminienė

VVP-10132
2019.08.23
ŠIAULIŲ VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

3 savaitė

Antradienis

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų dribsnių košė (tausojantis)	111A	150g	5,88	5,63	25,16	172,20
Uogų tyrė	17D	50g	0,50	0,50	9,15	47,70
Nesaldinta aviečių arbata	1G	200g	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			**6,38**	**6,13**	**34,31**	**219,90**

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112

Sriubos 10.05 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis ir konservuotais grybais (tausojantis, augalinis)	3Sr	250g	2,54	5,33	17,60	122,35
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**5,50**	**5,97**	**34,66**	**208,43**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis ir konservuotais grybais (tausojantis, augalinis)	3Sr	150g	1,52	3,20	10,56	73,41
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**4,48**	**3,84**	**27,62**	**159,49**

Pietūs 12 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis)	1A	100/60g	29,81	22,61	10,09	357,69
Biri perlinių kruopų košė	6Gar	75g	2,49	3,47	18,83	110,76
Ridikių salotos su obuoliais, pekininiais kopūstais, paprika ir aliejaus padažu	51S	130g	1,39	12,83	9,18	148,80
Iš viso:			**33,69**	**38,91**	**38,10**	**617,25**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis)	83A	230g	39,49	24,63	38,11	528,08
Trintos uogos su jogurtu	13D	80/20g	1,32	0,47	8,98	40,20
Iš viso:			**40,81**	**25,10**	**47,09**	**568,28**

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų kepsneliai (augalinis, tausojantis)	7AA	400g	9,52	17,52	74,42	383,80
Daržovių padažas	15P	120g	2,57	12,26	10,46	168,72
Iš viso:			**12,09**	**29,78**	**84,88**	**552,52**

Direktorė
Daiva Jagminienė

VVP 10132
2019 04 23
ŠIAULIŲ VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas kiaulienos kepsnys (tausojantis)	15A	100g	21,67	14,99	10,93	262,96
Biri sorų kruopų košė	4Gar	100g	4,33	5,19	28,09	177,93
Salierų salotos, agurkai su aliejaus padažu	61S	150g	2,01	14,87	9,71	165,77
Iš viso:			**28,01**	**35,05**	**48,73**	**606,66**

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Jautienos troškinys su pupelėmis (tausojantis)	7A	100/75g	35,93	22,66	18,36	404,81
Burokėlių salotos su raugintais kopūstais, aliejaus padažu	19S	170g	2,33	13,75	12,84	172,62
Iš viso:			**38,26**	**36,41**	**31,20**	**577,43**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti kiaulienos gabaliukai su pom.padažu, svogūnais (tausojantis)	11A	75/20/20g	17,84	32,05	9,17	528,48
Biri nešlifuotų ryžių košė	5Gar	40g	1,09	1,88	11,58	65,50
Morkų, obuolių salotos su moliūgų sėklomis, nesaldinto jogurto padažu	12S	75g	2,90	3,71	7,71	71,85
Iš viso:			**21,83**	**37,64**	**28,46**	**665,83**

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų paplotėliai (tausojantis)	114A	230g	15,80	16,01	95,54	577,65
Bananų desertas su jogurtu	3D	80/20g	1,56	0,39	19,70	85,00
Iš viso:			**17,36**	**16,40**	**115,24**	**662,65**

Pietūs val.*

8 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos suktinukas su sūriu (tausojantis)	14A	100g	25,63	39,08	4,29	469,85
Biri perlinių kruopų košė	6Gar	40g	1,33	1,85	10,04	59,07
Daržovių salotos su kmynais,aliejaus padažu	31S	100g	1,10	9,71	5,49	106,74
Iš viso:			**28,06**	**50,64**	**19,82**	**635,66**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Direktorė
Daiva Jasminienė

VVP-10132
2019-08-23

ŠIAULIŲ VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

3 savaitė

Trečiadienis

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su daržovėmis (tausojantis)	94A	100/31,3g	11,10	13,13	9,92	196,94
Pomidorai	37S	100g	1,00	0,20	4,10	17,00
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20g	1,48	0,32	6,53	43,04
Iš viso:			**13,58**	**13,65**	**20,55**	**256,98**

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112

Sriubos 10.05 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių, perlinių kruopų sriuba (augalinis, tausojantis)	16S	250g	6,21	5,61	24,23	159,32
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**9,17**	**6,25**	**41,29**	**245,40**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių, perlinių kruopų sriuba (augalinis, tausojantis)	16S	150g	3,73	3,37	14,54	95,59
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**6,69**	**4,01**	**31,60**	**181,67**

Pietūs 12 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lašišos medalionų apkepas (tausojantis)	40A	100g	22,37	22,33	6,59	310,04
Biri nešlifuotų ryžių košė	5Gar	50g	1,36	2,35	14,48	81,88
Švž.daržovių salotos su saulėgrąžomis ir al.aliejaus padažu	8S	100g	2,86	15,63	8,93	178,27
Iš viso:			**26,59**	**40,31**	**30,00**	**570,19**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių -varškės voleliai (varškė 9%) (tausojantis)	55A	300g	16,02	8,07	86,79	476,10
Grietinė 30%	17P	30g	0,72	9,00	0,93	87,90
Iš viso:			**16,74**	**17,07**	**87,72**	**564,00**

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų ir pupelių apkepas (augalinis, tausojantis)	10AA	180/120g	16,71	12,9	64,23	383,34
Daržovių padažas	15P	100g	2,14	10,22	8,72	140,10
Iš viso:			**18,85**	**23,12**	**72,95**	**523,44**

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta žuvis su daržovėmis (tausojantis)	39A	100/100g	23,23	5,84	11,16	187,12
Biri grikių kruopų košė	7Gar	100g	6,13	5,51	33,55	204,65
Burokėlių salotos su ž.žirneliais, svogūnais, aliejaus padažu	18S	100g	2,7ū	14,55	13,96	182,53
Iš viso:			**29,36**	**25,90**	**58,67**	**574,30**

Direktorė
Daiva Jagminienė

VVP 10132
2019-08-23
VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žuvies kepsnys (tausojantis)	38A	150g	29,25	11,85	8,10	260,54
Biri nešlifuotų ryžių košė	5Gar	100g	2,72	4,70	28,95	163,76
Ridikų salotos su obuoliais, pekiniais kopūstais, paprikomis, aliejaus padažu	51S	150g	1,61	14,81	10,59	171,69
Iš viso:			**33,58**	**31,36**	**47,64**	**595,99**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tarkuotų bulvių cepelinai su mėsa	47A	210/90g	20,61	8,91	69,15	433,80
Grietinė 30%	17P	50g	1,20	15,00	1,55	146,50
Iš viso:			**21,81**	**23,91**	**70,70**	**580,30**

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių plokštainis su paukštienos file	45A	187,5/62,5g	27,33	20,93	46,43	476,28
Grietinė 30%	17P	40g	0,96	12,00	1,24	117,20
Iš viso:			**28,29**	**32,93**	**47,67**	**593,48**

Pietūs val.*

8 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškinys su dešrelėmis (tausojantis)	59A	125/125g	12,23	48,40	19,03	552,13
Pomidorai savo sultyse	21P	100g	2,00	0,00	7,00	32,00
Iš viso:			**14,23**	**48,40**	**26,03**	**584,13**

Pietūs val.*

9 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai su morkomis (tausojantis)	84A	220g	31,39	24,86	33,40	477,47
Trinti bananai su jogurtu	11D	80/20g	1,56	0,39	19,70	85,00
Iš viso:			**32,95**	**25,25**	**53,10**	**562,47**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Direktorė
Daiva Jagminienė

VVP-10132
2019-08-23

Ketvirtadienis

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kuskuso kruopų košė (augalinis, tausojantis)	121A	120g	5,82	0,62	39,98	194,4
Uogų tyrė	17D	50g	0,50	0,50	9,15	47,7
Nesaldinta vaisinė arbata su citrina	1G	200g	0,05	0,03	0,64	2,17
Iš viso:			**6,37**	**1,15**	**49,77**	**244,27**

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112

Sriubos 10.05 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis, grietine ir kiaušiniu (tausojantis)	10Sr	250/10/10	3,66	9,61	17,02	162,77
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**6,62**	**10,25**	**34,08**	**248,85**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis, grietine ir kiaušiniu (tausojantis)	10Sr	150/6/6g	2,19	5,76	10,21	97,66
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20g	1,48	0,32	8,53	43,04
Iš viso:			**3,67**	**6,08**	**18,74**	**140,70**

Pietūs 12 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas kiaulienos kepsnys su kmynais (tausojantis)	17A	150g	31,95	21,06	17,43	382,32
Virtos bulvės	1Gar	100g	2,14	0,13	19,14	85,20
Kopūstų salotos su agurkais, konservuotais kukurūzais, porais ir aliejaus padažu	3S	200g	3,36	10,48	13,52	147,64
Iš viso:			**37,45**	**31,67**	**50,09**	**615,16**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo makaronai su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	12AA	200/200g	18,62	23,26	69,62	543,84
Daržovių padažas	15P	50g	1,07	5,11	4,36	70,05
Iš viso:			**19,69**	**28,37**	**73,98**	**613,89**

Šiaulių r. Ginkūnų Sofijos ir Vladimiro Zubovų mokykla

Direktorė
Daiva Jagminienė

VVP-10132
2019-02-23

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	9A	130g	34,94	23,67	11,12	397,37
Bulvių košė su morkomis	13Ga	100g	2,22	3,84	15,30	102,15
Salierų salotos su agurkais, obuoliais, saulėgrąžomis ir nesaldinto jogurto padažu	62S	150g	5,69	8,01	10,51	130,35
Iš viso:			**42,85**	**35,52**	**36,93**	**629,87**

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta jautiena su padažu (tausojantis)	1A	100/60g	32,48	25,46	10,41	393,11
Virtos bulvės	1Gar	100g	2,14	0,13	19,14	85,20
Burokėlių salotos su mar.agurkais, ž.žirneliais ir aliejaus padažu	20S	130g	3,29	12,32	11,92	158,85
Iš viso:			**37,91**	**37,91**	**41,47**	**637,16**

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Veršienos troškinys su ž.žirneliais (tausojantis)	4A	130/130g	42,82	17,60	24,36	427,73
Virtos bulvės	1Gar	50g	1,07	0,07	9,57	42,60
Ridikų salotos su obuoliais, morkomis, al.aliejaus padažu.	53S	100g	0,90	9,60	8,38	116,27
Iš viso:			**44,79**	**27,27**	**42,31**	**586,60**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Apkepti naturalūs kotletai su sūriu (tausojantis)	23A	150g	41,52	30,44	4,53	453,08
Virtos bulvės	1Gar	50g	1,07	0,07	9,57	42,60
Burokėlių salotos su mar.agurkais, ž.žirneliais ir aliejaus padažu	20S	100g	2,53	9,48	9,17	122,19
Iš viso:			**45,12**	**39,99**	**23,27**	**617,87**

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos maltinukai (tausojantis)	28A	150g	27,50	20,55	28,02	402,51
Bulvių košė su morkomis	13Ga	100g	2,22	3,84	15,30	102,15
Ridikų salotos su obuoliais, morkomis, nesaldinto jogurto padažu	53S	150g	2,61	0,63	11,63	54,15
Iš viso:			**32,33**	**25,02**	**54,95**	**558,81**

Pietūs val.*

8 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su mėsa (tausojantis)	77A	150/75g	30,84	19,34	53,60	504,81
Jogurtinė grietinė 10%		50g	1,70	5,00	2,10	60,00
Iš viso:			**32,54**	**24,34**	**55,70**	**564,81**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Daiva Jagminienė

VVP 10132
2019 08 14

Penktadienis

Priešpiečiai 9.15 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta ryžių (nešlifuoti) košė (tausojantis)	98A	150g	4,92	5,60	29,05	181,11
Trintos uogos,vaisiai su jogurtu	10D	80/20g	1,44	0,42	15,73	67,75
Iš viso:			**6,36**	**6,02**	**44,78**	**248,86**

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112

Sriubos 10.05 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis,augalinis)	9Sr	250g	1,88	5,19	12,09	98,93
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**4,84**	**5,83**	**29,15**	**185,01**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis,augalinis)	9Sr	150g	1,13	3,11	7,25	59,36
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**4,09**	**3,75**	**24,31**	**145,44**

Pietūs 12 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas kalakutienos šlaunelių mėsos kepsnys (tausojantis)	34A	150g	31,85	18,83	14,27	352,56
Virti lęšiai (tausojantis)	14Ga	40g	5,11	0,23	11,25	63,11
Pekininių kopūstų salotos su pomidorais, porais, al.aliejaus padažu (augalinis)	24S	100g	1,31	9,76	4,47	105,91
Iš viso:			**38,27**	**28,82**	**29,99**	**521,58**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškinys su žiediniais kopūstais (augalinis,tausojantis)	11AA	230g	4,92	23,67	24,91	311,19
Trinti pomidorai savo sultyse	21P	100g	2,00	0,00	7,00	32,00
Iš viso:			**6,92**	**23,67**	**31,91**	**343,19**

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių - daržovių kepinukai (augalinis, tausojantis)	4AA	400g	16,68	8,72	99,80	518,28
Trinti pomidorai savo sultyse	21P	100g	2,00	0,00	7,00	32,00
Iš viso:			**18,68**	**8,72**	**106,80**	**550,28**

Direktorė
Daiva Jagminienė

VVP 10-32
2019-08-23

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos kepinukai (tausojantis)	32A	100g	22,21	11,77	11,98	241,26
Biri grikių kruopų košė	7Gar	50g	6,13	5,51	33,55	102,33
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu	27S	100g	1,08	9,70	10,05	127,27
Iš viso:			**30,94**	**27,58**	**83,46**	**582,86**

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos troškinys su ž.žirneliais (tausojantis)	4A	100/100g	31,45	15,52	18,67	320,38
Šviežių daržovių salotos su saulėgrąžomis, aliejaus padažu	8S	150g	4,29	23,45	13,40	267,41
Iš viso:			**35,74**	**38,97**	**32,07**	**587,79**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta paukštiena (šlaunelės) (tausojantis)	29A	150/60g	37,83	33,31	9,70	482,49
Biri perlinių kruopų košė	6Gar	75g	2,49	3,47	18,83	110,76
Agurkai (šaltuoju sezono metu-marinuoti agurkai)	36S	50g	0,40	0,10	1,15	5,50
Pomidorai	37S	50g	0,50	0,10	2,05	8,50
Iš viso:			**41,22**	**36,98**	**31,73**	**607,25**

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta paukštienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	31A	150g	34,22	23,32	0,97	352,56
Biri nešlifuotų ryžių košė	5Gar	50g	1,36	2,35	14,48	81,88
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu	27S	150g	1,62	14,55	15,08	190,91
Iš viso:			**37,20**	**40,22**	**30,53**	**625,35**

Pietūs val.*

8 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės spygliukai (varškė 9%), (tausojantis)	89A	150/100g	30,00	16,73	50,80	475,33
Ekologiškas jogurtas Dobilas su obuoliais ir grūdais		100g	3,60	3,10	15,00	106,00
Iš viso:			**33,60**	**19,83**	**65,80**	**581,33**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Šiaulių r. Ginkūnų Sofijos ir Vladimiro Zubovų mokykla

Direktorė
Daiva Jagminienė