

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

(Valgiaraščio formos pavyzdys)

Tauragės „Aušros“ progimnazija, adresu: Aerodromo g. 6, Tauragė

(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios
apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas)

15 DIENŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

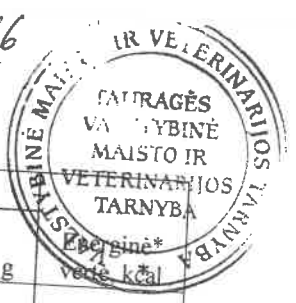
11 metų ir vyresni ir kt.

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas:

8:00 iki 17:00 val.

Dr. VUP-7466
2018-10-11



1 savaitė Pirmadienis

Pietūs 12:00val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis, žaliais žirneliais ir morkomis (Augalinis)(„Tausojantis“)	SR1	150	1,62	3,13	10,86	72,84
Viso grūdo ruginė duona	SUM 1	30	2,22	0,39	15,39	65,1
Kalakutienos šlaunelių mėsos troškiny su daržovėmis (morkos, konservuoti kukurūzai, svogūnai, natūralus pomidorų padažas) (Tausojantis)	ANT 1	75\75	20,71	11,02	8,10	211,15
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (perlinės kruopos, vanduo, morkos, svogūnai, saulėgrąžų aliejus) (Augalinis)(Tausojantis)	GR 1	120,00	3,81	10,68	29,10	216,02
Pekinino kopūstų salotos su šviežiais agurkais (Augalinis)	SAL 1	100,00	1,17	8,24	2,65	82,50
Raugintų kopūstų salotos (Augalinis)	SAL 20	40,00	0,48	4,11	1,17	43,80
Vanduo	1 GER	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius (Kriaušė)	VAIS1	150,00	0,60	0,45	20,10	78,00
Iš viso:			30,61	38,02	87,38	769,10

1 savaitė Antradienis

Pietūs 12:00val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis, morkomis, svogūnais (Augalinis)(„Tausojantis“)	SR 3A	150	3,81	4,28	16,63	110,32
Viso grūdo ruginė duona	SUM 1	30	2,22	0,39	15,39	65,1
Kepta su garais žuvis file (jūros lydekos file be odos, kiaušiniai, majonezas 34%, bulvių krakmolos) (Tausojantis)	ANT 4	90,00	17,46	15,63	11,18	253,44
Morkų, svogūnų, natūralus pomidorų padažas su ciberžole (Augalinis)	PAD 12	20,00	0,36	0,07	2,72	10,30
Virti viso grūdo makaronai (Tausojantis)	GR 2	100,00	4,11	2,11	28,81	154,10
Pupelių ir porų salotos su obuoliais ir majonezu 34% (Augalinis)	SAL10	75	4,23	2,81	13,48	85,23
Šviežūs agurkai (Augalinis)	SAL 18	25	0,20	0,05	0,58	2,75

Direktorė
VILJA PREIKŠAITIENĖ

Handwritten signatures and notes:
D. Šeštokas
A. Šeštokas
D. Šeštokas
D. Šeštokas

Vanduo	1 GER	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius (Obuolys)	VAISI	150,00	0,60	0,60	19,50	79,50
Iš viso:			32,99	25,94	108,28	760,74

1 savaitė Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis, svogūnais (Augalinis) („Tausojantis“)	SR 2	150	2,87	4,23	15,24	101,81
Viso grūdo ruginė duona	SUM 1	30	2,22	0,39	15,39	65,1
Keptas ir garintas garais vištienos maltinis su sezamo sėklomis ("Tausojantis")	AN 2	90,00	22,80	6,38	11,91	207,00
Tiršta kukurūzų kruopų košė su pienu 2,5% ir sviestu (82%) (Tausojantis)	GR 3	100	3,96	6,65	23,67	137,27
Morkų ir obuolių salotos su porais ir alyvuogių aliejumi (Augalinis)	SAL 3	100,00	1,18	6,30	11,33	95,64
Pomidorai (Augalinis)	SAL18	100,00	1,04	5,05	8,73	76,71
Vanduo	1 GER	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius (Kriaušė)	VAISI	200,00	0,80	0,60	26,80	104,00
Iš viso:			34,08	24,59	105,37	715,06

1 savaitė Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir ryžių apkepas(Varškė (9%), ryžių kruopos, kiaušiniai, cukrus, sviestas 82%, grietine 30%, pienas 2.5%, manų kruopos) (Tausojantis)	AN 15	150/70	28,78	23,82	36,15	473,78
Natūralus nesaldintas jogurtas 2,5% su trintomis (vyšnios) uogomis	PIE 1	50,00	2,00	0,98	3,33	29,30
Daržovių (kopūstai, morkos, agurkai, paprikos, porai) salotos (Augalinis)	SAL21	100,00	1,81	12,19	6,06	129,75
Vanduo	1 GER	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius (kriaušė)	VAISI	150,00	0,45	0,45	20,10	78,00
Iš viso:			33,08	36,61	65,58	722,44

Direktorė
VILJA PREIKŠAITIENĖ

M. VVP-4466
2018-10-11



Dokument. pav. apdarytas
at li kuberis at kuber.
Prieš keičiant
Nėto P. P. P.
P. P. P.

1 savaitė Penktadienis

Pietūs 12:00val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Jautienos ir kiaulienos voleliai su daržovėmis (svogūnai, morkos) (Tausojantis)	AN 3	100	15,79	8,29	12,24	182,61
Biri grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (Augalinis) (Tausojantis)	GR 5	100	5,66	3,88	31,58	178,73
Morkų ir žalių žirnelių troškiny (Tausojantis)	SAL6	100,00	2,34	18,13	9,70	199,90
Kefyras 2,5%	PIE 4	150,00	5,10	3,75	7,35	90,00
Vaisius (kriaušė)	VAIS1	150,00	0,60	0,45	20,10	78,00
Iš viso:			29,49	34,50	80,97	729,24

2 savaitė
Pirmadienis

Pietūs 12:00val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir svogūnais (Augalinis) („Tausojantis“)	SR 4	150,00	5,11	4,32	19,89	129,52
Viso grūdo ruginė duona	SUM 1	30	2,22	0,39	15,39	65,1
Garuose troškinti jautienos ir kiaulienos mėsos kukuliai su natūraliu pomidorų padažu ("Tausojantis")	AN 6	75\150	23,98	18,39	15,23	307,50
Miežių, perlinių kruopų košė su sviestu 82% („Tausojantis“)	GR 4-A1	100,00	1,70	1,26	15,33	73,82
Šviežių kopūstų ir porų salotos (augalinis)	SAL11	120,00	1,28	15,27	5,96	162,09
Vanduo	1 GER	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius (Kriaušė)	VAIS1	150,00	0,60	0,45	20,10	78,00
Iš viso:			28,24	35,77	94,87	778,12

Direktorė
VII IJA PREIKŠAITIENĖ



Nr. VUP-7466
2018-10-11

Direkt. pav. vykdys
aflietėms atlikt.
funkcijoms
Reto Peleševičius

Mr. VP-7466
2018-10-11

2 savaitė Antradienis

Pietūs 12:00val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių plokštainis su vištienos file ("Tausojantis")	AN 9-1AN	155/65	21,14	14,59	57,91	445,22
Nesaldintas jogurtas 2,5%	PIE 1	40,00	1,88	1,00	1,88	29,20
Morkų salotos su žaliaisiais žirneliais, česnakų (Augalinis)	SAL19	100,00	1,51	12,16	8,83	138,78
Kefyras 2,5%	6 GER	150,00	5,10	3,75	7,35	90,00
Vaisius (kriaušė)	VAIS1	150,00	0,60	0,45	20,10	78,00
Iš viso:			31,72	31,13	79,77	711,28



2 savaitė Trečiadienis

Pietūs 12:00val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba su bulvėmis, morkomis ir svogūnais (Augalinis) („Tausojantis“)	SR 5	150,00	1,53	4,15	11,05	82,12
Viso grūdo ruginė duona	SUM 1	30	2,22	0,39	15,39	65,1
Troškinti kalakutienos kukuliai su pomidorų padažu ("Tausojantis")	AN 8	80/25	19,87	8,74	10,44	199,11
Biri grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (Augalinis) (Tausojantis)	GR 5	100,00	5,66	3,88	31,58	178,73
Pekino kopūstų salotos su obuoliais ir šviežiais agurkais, alyvuogių aliejumi (Augalinis)	SAL7	120,00	1,25	12,35	6,38	135,42
Vanduo	1 GER	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius (kriaušė)	VAIS1	150,00	0,60	0,45	20,10	78,00
Iš viso:			31,12	29,96	94,94	738,48

2 savaitė Ketvirtadienis

Pietūs 12:00val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvienė su perlinėmis kruopomis, morkomis ir svogūnais (Augalinis) (Tausojantis)	SR 7	150,00	2,75	4,38	22,37	133,49
Viso grūdo ruginė duona	SUM1	30	2,22	0,39	15,39	65,1
Varškės (9%) virtinukai (varškė(9%), miltai kvietiniai pilno grūdo, kiaušiniai, cukrus, druska joduota) (Tausojantis)	AN 5	120/80	27,15	13,20	53,93	440,44

Direktore
VILJA PRICKAITIENE

Direkt. pav. apylyce
atliekanti direkt.
pav. Keturis
Keturis, Pokučiai

Natūralus nesaldintas jogurtas 2,5% su trintomis (vyšnios) uogomis	PIE 1	30,00	0,90	0,75	4,74	29,40
Šviežių kopūstų ir porų salotos(augalinis)	SAL11	100,00	2,87	5,14	6,56	76,00
Vanduo	1 GER	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius (Kriaušė)	VAIS1	100,00	0,40	0,30	13,40	52,00
Iš viso:			34,06	23,78	101,00	731,33

2 savaitė Penktadienis

Pietūs 12:00val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta pupelių sriuba su bulvėmis (Augalinis) („Tausojantis“)	SR 6	150,00	4,83	3,35	19,30	114,41
Viso grūdo ruginė duona	SUM 1	30	2,22	0,39	15,39	65,1
Troškinta riebios žuvies file (riebžuvės, lašišos file) kepsnys su daržovėmis (morkos, svogūnais, natūraliu pomidorų padažu) (Tausojantis)	AN 10-1	75\30	17,12	19,48	6,75	266,59
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (Augalinis) (Tausojantis)	GR 1-IS	100,00	4,66	3,36	35,69	179,76
Virtų burokėlių salotos su marinuotais arba šviežiais agurkais (Augalinis)	SAL9	100,00	2,80	8,20	9,79	114,13
Vanduo	1 GER	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius (Obuolys)	VAIS1	150,00	0,60	0,60	19,50	79,50
Iš viso:			29,04	36,70	99,35	795,34

Direktorė
VILJA PREIKŠAITIENĖ



Nr. VVP-7466
2018-10-11

Direktorė
A. K. K. K. K. K.
Junkiajas
D. K. P. K. K.
P. K.

3 savaitė Pirmadienis

Pietūs 12:00val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta lęšių sriuba su bulvėmis, morkomis ir svogūnais (Augalinis) („Tausojantis“)	SR 8	150,00	5,26	5,27	18,60	135,72
Viso grūdo ruginė duona	1 SUM	40	2,96	0,52	20,52	86,8
Plovas su kiaulienos mėsa (ryžiai, kiaulienos kumpinė, svogūnai, česnakai, morkos, natūralus pomidorų padažas) (Tausojantis)	AN 12-1AN	120\75	22,22	17,06	32,28	361,91
Šviežių kopūstų ir porų salotos (Augalinis)	SAL11	100,00	2,87	5,14	6,56	76,00
Vanduo	1 GER	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius(sezoniniai vaisiai, uogos)	VAIS1	150,00	1,26	0,32	23,24	111,11
Iš viso:			34,57	28,30	101,19	771,53

3 savaitė Antradienis

Pietūs 12:00val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta daržovių sriuba (brokoliai, kalafiorai, morkos, žali žirneliai, bulvės, svogūnai, natūralus pomidorų padažas, saulėgrėžų aliejus, vanduo) (Augalinis) (Tausojantis)	SR 9	150,00	2,72	5,25	15,86	118,10
Viso grūdo ruginė duona	SUM 1	30	2,22	0,39	15,39	65,1
Žuvies maltinis keptas garuose (jūrinių lydekų file b.o., batonas, svogūnai, morkos, kiaušiniai) („Tausojantis“)	AN 13	100,00	15,33	12,07	10,54	209,69
Raudonasis padažas	PAD1-IS	20,00	0,22	0,43	1,75	11,23
Biri grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (Augalinis) (Tausojantis)	GR 5	100,00	5,66	3,88	31,58	178,73
Špinatų, pekino kopūstų salotos su ridikėliais (Augalinis)	SAL12	100,00	1,61	4,72	2,75	55,70
Vanduo	1 GER	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius (Obuolys)	VAIS1	150,00	0,60	0,60	19,50	79,50
Iš viso:			28,35	27,33	97,37	718,05

Direktore
VILIJA PREIKŠAITIENĖ



MV. VUP-17466
2018-10-11



Direkt. pav. uždarymas
atliktas daržovių
sūnų bei
Palo Postelėvi
[Signature]

3 savaitė Trečiadienis

Pietūs 12:00val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta žirnių- perlinių kruopų sriuba (Augalinis) (Tausojantis)	SR 10	150,00	5,43	3,55	23,44	135,88
Viso grūdo ruginė duona	SUM 1	40	2,96	0,52	20,52	86,8
Kiaulienos troškiny su pupelėmis ir daržovėmis (morkos, svogūnai, natūralus pomidorų padažas, grietinė 30%, saulėgrąžų aliejus) (Tausojantis)	AN 11	70\120	22,15	13,15	27,83	302,00
Miežių, perlinių kruopų košė (Tausojantis)	GR 8-1GR	100	3,52	4,37	25,70	154,41
Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais, porais (Augalinis)	SAL13	100,00	1,57	7,21	4,55	80,99
Vanduo	1 GER	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius (Kriaušė)	VAIS1	150,00	0,60	0,45	20,10	78,00
Iš viso:			38,22	29,34	140,44	919,08

3 savaitė Ketvirtadienis

Pietūs 12:00val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta barštukų sriuba su pupelėmis ir šviežiais kopūstais, morkomis ir svogūnais (Tausojantis)	SR 11	150,00	3,29	7,26	13,92	123,17
Viso grūdo ruginė duona	SUM 1	40	2,96	0,52	20,52	86,8
Virti varškės kukulaičiai (Varškė (9%), kiaušiniai, manų kruopos, cukrus, druska joduota, bulvių krakmolos) (Tausojantis)	AN 7	120/80	22,91	12,38	46,53	391,23
Nesaldintas jogurtas 2,5%	PIE 1	50,00	2,35	1,25	2,35	36,50
Morkų salotos su žaliaisiais žirneliais (augalinis)	SAL.22	100,00	1,95	4,36	15,16	94,60
Vanduo	1 GER	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius (Obuolys)	VAIS1	150,00	0,60	0,60	19,50	79,50
Iš viso:			34,06	26,38	117,98	811,79

Direktore
VILJA PREIKŠAITIENĖ



Nr. VVP-4466
2018-10-11

Dėkui pad. apylycėms
atvilksni šilkinėms
juveljoms
Rita Pocienė
Rita

3 savaitė Penktadienis

Pietūs 12:00val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Garuose virtos vištienos šlaunelės/ blauzdelės su rozmarinu ir ciberžole(majonezas 34% , druska joduota, prieskoninės žolelės) (Tausojantis)	AN 14	100,00	19,44	17,16	0,58	234,52
Biri nešlifuoatų ryžių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (Augalinis) (Tausojantis)	GR 7- 1A	120,00	3,34	3,37	35,22	175,28
Virtų burokėlių mišrainė su pupelėmis, morkomis ir raugintais arba šviežiais agurkais (Augalinis)	SAL 17	100,00	3,41	10,22	14,50	152,63
Kefyras 2,5%	PIE 4	150,00	5,10	3,75	7,35	90,00
Vaisius (Obuolys)	VAIS1	150,00	0,60	0,60	19,50	79,50
Iš viso:			31,89	35,10	77,15	731,92

Direktorė
VILIA PREIKŠAITIENĖ



Nv. VVP-4466
2018-10-11

Draugai pav. vykdymo
atliktas obliagos
įvertinimas
Reto Postorius