

Jurbarko Vytauto Didžiojo pagrindinės mokyklos Viešvilės skyrius

Vytauto Didžiojo g. 53A 74135, Jurbarkas
(įstaigos pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

11-16 metų

(amžiaus grupė)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 08:00 iki 17:00 val.





Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščiai su pupelėmis ir grietine (tausojantis)	1 (Sr)	250.00	4.58	10.45	21.58	199
Duona ruginė	5 (Su1)	20.00	1.40	0.46	8.52	44
Vištienos kukulis (tausojantis)	10 (KP)	100.00	28.30	11.83	0.51	222
Virti ryžiai (augalinis, tausojantis)	50 (G)	80.00	2.10	0.30	21.42	97
Morkų, kopūstų ir žirnelių salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	15	90.00	2.04	6.09	6.19	88
Obuoliu sultys	2365	200.00	1.00	0.00	18.20	77
Obuoliai	1 (UDo)	150.00	0.60	0.15	14.70	63
Jogurtas	3 (UD)	125.00	6.25	38.75	4.38	391
Iš viso:			46.27	68.03	95.50	1179
Iš viso (dienos davinio):			46.27	68.03	95.5	1179

Jurbarko Vytauto Didžiojo pagrindinės mokyklos Viešvilės skyrius (Dokumentas: 5-10 klasė)

Direktorius

1 Savaitė, Antradienis



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis, tausojantis)	4 (Sr)	250.00	6.76	5.65	20.28	159
Duona ruginė	5 (Su1)	20.00	1.40	0.46	8.52	44
Maltos jautienos troškiny su ryžiais (tausojantis)	12-5/101T	200.00	14.97	14.05	31.97	314
Burokėlių salotos (augalinis)	6 (S)	50.00	1.03	2.56	6.25	52
Šviežias agurkas (augalinis)	3 (S)	50.00	0.40	0.05	1.30	7
Vanduo su citrina	4 (Gė)	200.00	0.07	0.04	0.63	3
Bananai	1 (UD)	150.00	2.25	0.15	31.50	136
Sausainiai	4 (UD)	160.00	20.80	9.60	113.60	624
Iš viso:			47.68	32.56	214.05	1340
Iš viso (dienos davinio):			47.68	32.56	214.05	1340

Jurbarko Vytauto Didžiojo pagrindinės mokyklos Viešvilės skyrius (Dokumentas: 5-10 klasė)

Direktorius

1 Savaitė, Trečiadienis



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	3 (Sr)	250.00	1.88	5.20	11.43	100
Duona ruginė	5 (Su1)	20.00	1.40	0.46	8.52	44
Virtų bulvių cepelinai su mėsa (tausojantis)	Nr.53	200.00	15.90	12.44	41.32	341
Grietinė	P15	20.00	0.48	6.00	0.63	58
Morkų lazdelės (augalinis)	8 (S)	50.00	0.65	0.05	3.60	17
Obuolių sultys	2365	200.00	1.00	0.00	18.20	77
Bananai	1 (UD)	150.00	2.25	0.15	31.50	136
Sūrio lazdelė	2 (UD)	40.00	9.20	8.00	0.20	110
Iš viso:			32.76	32.30	115.40	883
Iš viso (dienos davinio):			32.76	32.3	115.4	883

1 Savaitė, Ketvirtadienis



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba (tausojantis)	9 (Sr)	250.00	5.05	10.15	19.50	190
Duona ruginė	5 (Su1)	20.00	1.40	0.46	8.52	44
Vištienos krūtinėlė troškinta su ryžiais ir morkomis (tausojantis)	9 (KP)	200.00	28.80	16.52	25.56	366
Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	1 (S)	50.00	0.86	2.05	2.65	32
Daržovių rinkinukas (augalinis)	22 (S)	50.00	0.48	0.08	1.60	9
Vanduo su citrina	4 (Gė)	200.00	0.07	0.04	0.63	3
Obuoliai	1 (UDo)	150.00	0.60	0.15	14.70	63
Bandelės	5 (UD)	60.00	4.86	1.62	33.42	168
Iš viso:			42.12	31.07	106.58	874
Iš viso (dienos davinio):			42.12	31.07	106.58	874



Jurbarko Vytauto Didžiojo pagrindinės mokyklos Viešvilės skyrius (Dokumentas: 5-10 klasė)

Direktorius

1 Savaitė, Penktadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pomidorų sriuba su bulvėmis ir cukinija (augalinis, tausojantis)	15 (Sr)	250.00	1.83	5.35	13.59	110
Duona ruginė	5 (Su1)	20.00	1.40	0.46	8.52	44
Kiauliena su troškintais kopūstais (tausojantis)	14 (KP)	200.00	28.63	20.49	7.12	327
Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)	1 (G)	80.00	1.65	0.33	13.48	63
Marinuoti agurkai (augalinis)	2 (S1)	50.00	0.40	0.05	1.30	7
Obuoliu sultys	2365	200.00	1.00	0.00	18.20	77
Bananai	1 (UD)	150.00	2.25	0.15	31.50	136
Jogurtas	3 (UD)	125.00	6.25	38.75	4.38	391
Iš viso:			43.41	65.58	98.09	1156
Iš viso (dienos davinio):			43.41	65.58	98.09	1156



Jurbarko Vytauto Didžiojo pagrindinės mokyklos Viešvilės skyrius (Dokumentas: 5-10 klasė)

Direktorius

2 Savaitė, Pirmadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pertrinta žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis)	20 (S)	250.00	3.56	9.62	14.45	159
Duona ruginė	5 (Su1)	20.00	1.40	0.46	8.52	44
Keptas vištienos maltinukas (tausojantis)	5 (KP1)	100.00	27.55	15.55	8.60	285
Troškinti ryžiai su ciberžole (augalinis, tausojantis)	2 (G)	60.00	1.39	2.33	13.93	82
Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	1 (S)	80.00	1.38	3.28	4.24	52
Obuoliu sultys	2365	200.00	1.00	0.00	18.20	77
Obuoliai	1 (UDo)	120.00	0.48	0.12	11.76	50
Javainiai		30.00	1.35	5.04	21.27	136
Iš viso:			38.11	36.40	100.97	884
Iš viso (dienos davinio):			38.11	36.4	100.97	884

Jurbarko Vytauto Didžiojo pagrindinės mokyklos Viešvilės skyrius (Dokumentas: 5-10 klasė)

Direktorius

2 Savaitė, Antradienis

Pietūs



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	S-21	250.00	2.21	5.22	12.23	105
Duona ruginė	5 (Su1)	20.00	1.40	0.46	8.52	44
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	12 (KP)	200.00	38.15	33.53	10.44	496
Bulvių košė (tausojantis)	4 (Gr)	100.00	2.06	3.80	13.86	98
Burokėlių salotos (augalinis)	6 (S)	50.00	1.03	2.56	6.25	52
Marinuoti agurkai (augalinis)	2 (S1)	50.00	0.40	0.05	1.30	7
Vanduo su citrina	4 (Gė)	200.00	0.07	0.04	0.63	3
Bananai	1 (UD)	130.00	1.95	0.13	27.30	118
Trapučiai	6 (UD)	100.00	10.50	5.40	71.90	378
Iš viso:			57.77	51.19	152.43	1302
Iš viso (dienos davinio):			57.77	51.19	152.43	1302

Jurbarko Vytauto Didžiojo pagrindinės mokyklos Viešvilės skyrius (Dokumentas: 5-10 klasė)

Direktorius

2 Savaitė, Trečiadienis



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (augalinis, tausojantis)	10 (Sr)	250.00	3.77	5.78	28.68	182
Duona ruginė	5 (Su1)	20.00	1.40	0.46	8.52	44
Keptas kiaulienos maltinukas (tausojantis)	11 (KP)	100.00	21.69	16.80	9.05	274
Virti makaronai (tausojantis)	7G	80.00	3.25	3.60	20.80	129
Daržovių rinkinukas (augalinis)	22 (S)	40.00	0.38	0.06	1.28	7
Pekino kopūstų salotos su agurkais (augalinis)	60 S	40.00	0.56	4.03	2.05	47
Obuoliu sultys	2365	200.00	1.00	0.00	18.20	77
Bananai	1 (UD)	150.00	2.25	0.15	31.50	136
Jogurtas	3 (UD)	125.00	6.25	38.75	4.38	391
Iš viso:			40.55	69.63	124.46	1287
Iš viso (dienos davinio):			40.55	69.63	124.46	1287



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su mėsos kukulaičiais (tausojantis)	7 (Sr)	250.00	9.95	8.73	14.33	176
Duona ruginė	5 (Su1)	20.00	1.40	0.46	8.52	44
Jūrinių lydekų file kotletai (tausojantis)	AP46	100.00	15.87	3.76	11.39	143
Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	3 (G1)	60.00	3.62	3.35	17.88	116
Marinuoti agurkai (augalinis)	2 (S1)	40.00	0.32	0.04	1.04	6
Burokėlių salotos su žirneliais (augalinis)	5 (S)	70.00	1.81	3.60	7.60	70
Vanduo su citrina	4 (Gė)	200.00	0.07	0.04	0.63	3
Bananai	1 (UD)	150.00	2.25	0.15	31.50	136
Javainiai		30.00	1.35	5.04	21.27	136
Iš viso:			36.64	25.17	114.16	830
Iš viso (dienos davinio):			36.64	25.17	114.16	830

Jurbarko Vytauto Didžiojo pagrindinės mokyklos Viešvilės skyrius (Dokumentas: 5-10 klasė)

Direktorius

2 Savaitė, Penktadienis

Pietūs



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g				Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g		
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	3 (Sr)	250.00	1.88	5.20	11.43	100	
Duona ruginė	5 (Su1)	20.00	1.40	0.46	8.52	44	
Ryžių-kiaulienos plovai (tausojantis)	1 (KP)	200.00	17.22	16.33	30.73	339	
Rauginti agurkai (augalinis)	2 (S)	50.00	0.40	0.06	1.30	7	
Obuolių sultys	2365	200.00	1.00	0.00	18.20	77	
Obuoliai	1 (UDo)	150.00	0.60	0.15	14.70	63	
Bandelės	5 (UD)	60.00	4.86	1.62	33.42	168	
		Iš viso:	27.36	23.82	118.30	797	
		Iš viso (dienos davinio):	27.36	23.82	118.3	797	

Jurbarko Vytauto Didžiojo pagrindinės mokyklos Viešvilės skyrius (Dokumentas: 5-10 klasė)

Direktorius

3 Savaitė, Pirmadienis



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis, tausojantis)	8 (Sr)	250.00	7.28	5.75	26.05	185
Duona ruginė	5 (Su1)	20.00	1.40	0.46	8.52	44
Keptas kiaulienos maltinukas (tausojantis)	11 (KP)	100.00	21.69	16.80	9.05	274
Bulvių košė (tausojantis)	4 (Gr)	80.00	1.65	3.04	11.09	78
Pekino kopūstų salotos su agurkais (augalinis)	60 S	80.00	1.12	8.06	4.10	93
Obuoliu sultys	2365	200.00	1.00	0.00	18.20	77
Sūrio lazdelė	2 (UD)	40.00	9.20	8.00	0.20	110
Iš viso:			43.34	42.11	77.21	861
Iš viso (dienos davinio):			43.34	42.11	77.21	861



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Sriuba su kiaulienos gabaliukais ir brokoliais (žiediniais kopūstais) (tausojantis)	12 (Sr)	250.00	12.45	9.18	5.28	154
Duona ruginė	5 (Su1)	20.00	1.40	0.46	8.52	44
Žuvies kepsnys	39 (KP)	100.00	23.29	11.48	4.10	213
Sviesto ir grietinės padažas	3 (P)	20.00	0.34	10.51	0.45	98
Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	3 (G1)	60.00	3.62	3.35	17.88	116
Burokėlių salotos (augalinis)	6 (S)	80.00	1.65	4.10	10.00	84
Vanduo su citrina	4 (Gė)	200.00	0.07	0.04	0.63	3
Bananai	1 (UD)	150.00	2.25	0.15	31.50	136
Sūrio lazdelė	2 (UD)	40.00	9.20	8.00	0.20	110
Iš viso:			54.27	47.27	78.56	957
Iš viso (dienos davinio):			54.27	47.27	78.56	957



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių perlinių kruopų sriuba (augalinis, tausojantis)	11 (Sr)	250.00	5.78	5.53	19.83	152
Duona ruginė	5 (Su1)	20.00	1.40	0.46	8.52	44
Mažylių balandėliai su kiauliena (tausojantis)	6 (KP)	100.00	20.12	13.02	3.23	211
Bulvių košė (tausojantis)	4 (Gr)	80.00	1.65	3.04	11.09	78
Morkų salotos su česnakais (augalinis)	12 (S)	80.00	1.09	4.88	5.78	71
Obuoliu sultys	2365	200.00	1.00	0.00	18.20	77
Bananai	1 (UD)	150.00	2.25	0.15	31.50	136
Jogurtas	3 (UD)	125.00	6.25	38.75	4.38	391
Iš viso:			39.54	65.83	102.53	1161
Iš viso (dienos davinio):			39.54	65.83	102.53	1161



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščiai su bulvėmis ir grietine (tausojantis)	6 (Sr)	250.00	2.35	8.27	17.58	154
Duona ruginė	5 (Su1)	20.00	1.40	0.46	8.52	44
Keptas vištienos maltinukas (tausojantis)	5 (KP1)	100.00	27.55	15.55	8.60	285
Troškinti ryžiai su ciberžole (augalinis, tausojantis)	2 (G)	70.00	1.62	2.72	16.25	96
Marinuoti agurkai (augalinis)	2 (S1)	40.00	0.32	0.04	1.04	6
Pomidorai (augalinis)	4 (S)	40.00	0.44	0.08	1.52	9
Vanduo su citrina	4 (Gė)	200.00	0.07	0.04	0.63	3
Bananai	1 (UD)	150.00	2.25	0.15	31.50	136
Sūrio lazdelė	2 (UD)	40.00	9.20	8.00	0.20	110
Iš viso:			45.20	35.31	85.84	842
Iš viso (dienos davinio):			45.2	35.31	85.84	842

Jurbarko Vytauto Didžiojo pagrindinės mokyklos Viešvilės skyrius (Dokumentas: 5-10 klasė)

Direktorius

3 Savaitė, Penktadienis



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pomidorų sriuba su bulvėmis ir cukinija (augalinis, tausojantis)	15 (Sr)	250.00	1.83	5.35	13.59	110
Duona ruginė	5 (Su1)	20.00	1.40	0.46	8.52	44
Bulvių plokštainis su paukštiena (tausojantis)	Nr.46	250.00	16.21	4.17	24.56	201
Sviesto ir grietinės padažas	3 (P)	30.00	0.51	15.76	0.68	147
Marinuoti agurkai (augalinis)	2 (S1)	50.00	0.40	0.05	1.30	7
Obuoliu sultys	2365	200.00	1.00	0.00	18.20	77
Bananai	1 (UD)	150.00	2.25	0.15	31.50	136
Jogurtas	3 (UD)	125.00	6.25	38.75	4.38	391
Iš viso:			29.85	64.69	102.73	1113
Iš viso (dienos davinio):			29.85	64.69	102.73	1113