

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

UAB „CNC catering“ Telšių skyrius

Telšių r. Luokės V. Kleivos gimnazija

Žemaitės g. 37, Telšiai

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

15 DIENŲ PUSRYČIŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

6 – 10 m.

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo ___ iki ___ val.

1 savaitė pirmadienis

Dokumento serija NR Nr. 044622

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri grikių košė su morkomis ir svogūnais(augalinis)	GGAR-PNV-7D	150 g.	6,60	5,33	37,10	215,93
Batonas su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu	IUŽKN-15P	20/5/15 g.	3,76	6,42	12,83	120,98
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,36	11,75	49,93	336,91
		Iš viso:	10,36	11,75	49,93	336,91

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuvienė

Direktorė
Živilė Šiaudvytienė

Puslapis 1

1 savaitė antradienis

Dokumento serija NR. Nr. 044623

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su sėlenėlėmis (tausojantis)	IKRUOPN-14NB	220 g.	7,90	2,68	38,81	216,09
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varške 9%	IUŽKN-13G	15/5/10 g.	3,04	5,42	9,90	98,36
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,97	12,2	48,75	351,6
		Iš viso:	10,97	12,20	48,75	351,60

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuvienė

Direktorė
Živilė Šiaudvytienė

Puslapis 2

1 savaitė trečiadienis

Dokumento serija NR Nr. 044624

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su cinamonu(tausojantis)	IKRUOPN-15Q	230 g.	8,39	4,85	33,00	199,86
Sviestas 82%	IVNT-15H	7 g.	0,04	5,74	0,06	52,01
Pienas 2,5%	GĖRN-48A	150 g.	4,80	3,75	7,20	82,50
			13,23	14,34	40,26	334,37
		Iš viso:	13,23	14,34	40,26	334,37

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuvienė

Direktore
Živilė Šiaudvytė

Puslapis 3

1 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija NR. Nr. 044625

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-22J	220 g.	6,76	2,55	40,76	216,78
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virta dešra(aukšč.r.)	IUŽKN-12Q	15/3/10 g.	2,46	4,91	8,21	84,55
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,25	11,56	49,01	338,48
		Iš viso:	9,25	11,56	49,01	338,48

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuvienė

Direktorė
Živilė Šiaudvytienė

Puslapis 4

1 savaitė penktadienis

Dokumento serija NR Nr. 044626

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių kruopų košė(tausojantis)	IKRUOPN-19	200 g.	5,99	2,22	29,18	154,43
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82%	IUŽKN-5Q	15/5 g.	1,44	4,52	9,55	82,36
Švž. pomidorai (augalinis)	GSALN-60	20 g.	0,20	0,04	0,82	3,40
Kakava su pienu 2,5% be cukraus	GERN-45D	200 g.	2,33	3,12	2,94	51,18
			9,99	14	42,53	328,52
		Iš viso:	9,99	14,00	42,53	328,52

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuvienė

Direktorė
Živilė Šiaudvytienė

Puslapis 5

2 savaitė pirmadienis

Dokumento serija NR. Nr. 044627

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trijų grūdų dribsnių košė (tausojantis)	IKRUOPN-24K	220 g.	7,62	2,97	31,98	182,75
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45%	IUŽKN-7QX	15/5/10 g.	4,04	7,22	9,56	117,06
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,69	14,29	41,58	336,96
		Iš viso:	11,69	14,29	41,58	336,96

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuvienė
Direktorė
Živilė Šiaudvytienė
Puslapis 6

2 savaitė antradienis

Dokumento serija NR. Nr. 044628

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sorų kruopų košė(tausojantis)	IKRUOPN-18J	220 g.	7,64	3,35	37,68	214,44
Sviestas 82%	IVNT-15C	8 g.	0,04	6,56	0,06	59,44
Raugintų pasukų kokteilis su uogomis ir bananais	GERN-91	150 g.	3,82	1,29	12,52	74,67
			11,5	11,2	50,26	348,55
		Iš viso:	11,50	11,20	50,26	348,55

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuviene
Direktorė
Živilė Šiaudvytienė

Puslapis 7

2 savaitė trečiadienis

Dokumento serija NR Nr. 044629

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė(tausojantis)	IKRUOPN-15G	220 g.	7,98	4,61	30,70	188,35
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu	IUŽKN-15T	15/5/15 g.	3,29	6,28	9,66	105,91
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			11,3	14,99	40,4	331,41
		Iš viso:	11,30	14,99	40,40	331,41

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuviene

Direktorė
Živilė Šiaudvytienė

Puslapis 8

2 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija NR Nr. 044630

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronai su virta dešra(aukšč.r.) pomidorų padaže (tausojantis)	AMLTN-31F	206/24 g.	10,17	11,48	47,69	335,92
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,17	11,48	47,69	335,92
		Iš viso:	10,17	11,48	47,69	335,92

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuvienė

Direktorė
Živilė Šiaudvytienė

Puslapis 9

2 savaitė penktadienis

Dokumento serija NR Nr. 044631

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė(tausojantis)	IKRUOPN-16NN	230 g.	7,55	3,25	32,54	190,06
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Pienas 2,5%	GĖRN-48E	180 g.	5,76	4,50	8,64	99,00
			13,34	11,85	41,22	326,21
		Iš viso:	13,34	11,85	41,22	326,21

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuviene

Direktorė
Živilė Šiaudvytienė

3 savaitė pirmadienis

Dokumento serija NR. Nr. 044632

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė (tausojantis)	IKRUOPN-13	200 g.	7,28	2,99	31,08	178,10
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varškės sūriu 22%	IUŽKN-9L	15/5/10 g.	3,26	6,72	9,83	110,76
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,57	13,81	40,95	326,01
		Iš viso:	10,57	13,81	40,95	326,01

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuviene

Direktorė
Živilė Šiaudvytienė

Puslapis 11

3 savaitė antradienis

Dokumento serija NR. Nr. 044633

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-21I	220 g.	8,72	2,47	38,56	202,86
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varške 9%	IUŽKN-13OP	15/3/15 g.	3,83	4,23	10,06	91,50
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,58	10,8	48,66	331,51
		Iš viso:	12,58	10,80	48,66	331,51

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuvienė

Direktorė
Živilė Šiaudvytienė

Puslapis 12

3 savaitė trečiadienis

Dokumento serija NR. 044634

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė (tausojantis)	IKRUOPN-14H	230 g.	6,92	2,44	35,30	195,67
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virta dešra(aukšč.r.)	IUŽKN-12QQ	15/3/15 g.	3,16	6,05	8,21	97,40
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,11	12,59	43,55	330,22
		Iš viso:	10,11	12,59	43,55	330,22

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuvienė

Direktorė
Živilė Šiaudvytienė

3 savaitė ketvirtadienis

Dokumento serija NR. 044635

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-17GG	220 g.	6,34	2,63	33,55	175,15
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45%	IUŽKN-7QX	15/5/10 g.	4,04	7,22	9,56	117,06
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,41	13,95	43,15	329,36
		Iš viso:	10,41	13,95	43,15	329,36

Mitybos sk. vadovė
Virginija Katkuviene
Direktorė
Živilė Šiaudvytienė

3 savaitė penktadienis

Požymis: Vaikai (6 - 10 m.). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė su cinamonu(tausojantis)	IKRUOPN-16V	220 g.	7,30	3,17	32,18	185,62
Sviestas 82%	IVNT-15	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu	IUŽKN-15T	15/5/15 g.	3,29	6,28	9,66	105,91
Arbatžolių arbata be cukraus	GERN-37C	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			10,62	13,55	41,88	328,68
		Iš viso:	10,62	13,55	41,88	328,68

Mitybos sk. vadovė
Virginija KatkuvieneDirektorė
Živilė Šiaudvytė