Tvirtinu

Alytaus „Volungės“ progimnazijos
direktorė Rimvyda Ališauskienė
2026-09-01

# 15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

Pietų energetinė vertė 6–10 m. vaikams –600+/-20 kcal.

2026 m. rugsėjo 1 d.

UAB „Skonių pynė“ direktorė Ona Buikienė

3 savaitė
Penktadienis
I variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis, augalinis) | 1-3/27AT (92 p.) | 100 | 1,75 | 2,16 | 9,91 | 66,07 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Šilkiniai menkės kukuliai sūrio padaže (tausojantis) | **180 (402 p.)** | 100 | 16,22 | 9,77 | 7,47 | 182,67 |
| Šilkiniai jūros lydekos kukuliai sūrio padaže (tausojantis) | **180 (402 p.)** | 100 | 16,72 | 9,20 | 7,47 | 196,84 |
| Biri grikių košė | 3-3/43AT (149 p.) | 80 | 4,74 | 3,55 | 26,06 | 155,16 |
| Šviežių kopūstų, morkų ir obuolių salotos | 2-1/20A (126 p.) | 120 | 1,04 | 7,34 | 6,29 | 95,38 |
| Raugintų kopūstų ir morkų salotos | 2-1/17A (123 p.) | 150 | 1,27 | 10,60 | 8,91 | 136,09 |
| Sezoniniai vaisiai | | 130 | 0,52 | - | 12,87 | 53,56 |
| **Iš viso (su menke):** | | | **25,66** | **23,07** | **72,05** | **598,46** |
| **Iš viso (su jūros lydeka):** | | | **26,16** | **22,50** | **72,05** | **570,95** |

II variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis, augalinis) | 1-3/27AT (92 p.) | 100 | 1,75 | 2,16 | 9,91 | 66,07 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Virtų bulvių cepelinai su varške (tausojantis) | **72 (200 p.)** | 180 | 11,32 | 6,86 | 35,05 | 247,10 |
| Grietinė, 30%rieb. | | 40 | 0,96 | 12,0 | 1,24 | 117,20 |
| Sezoniniai vaisiai | | 130 | 0,52 | - | 12,87 | 53,56 |
| **Iš viso :** | | | **16,26** | **21,45** | **75,65** | **557,19** |

UAB "SKONIŲ PYNĖ"
Įm.k. 150097355

3 savaitė

Ketvirtadienis

I variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis) | 1-3/26AT (91 p.) | 100 | 0,52 | 5,02 | 4,67 | 30,09 |
| Tiršta šviežių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)(sezono metu) | 1-3/28AT (93 p.) | 100 | 1,25 | 2,10 | 8,78 | 59,08 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Kepti su garais vištienos kukuliai su sezamo sėklomis (tausojantis) | 10-7/143T (290 p.) | 90 | 21,91 | 10,70 | 4,78 | 203,03 |
| Ryžių kruopų košė | 3-3/36AT (142 p.) | 100 | 2,54 | 2,18 | 27,42 | 139,40 |
| Virti burokėliai su svogūnais | 4-3/69AT (188 p.) | 100 | 1,49 | 6,09 | 8,95 | 96,63 |
| Sezoniniai vaisiai | | 70 | 0,21 | 0,28 | 10,57 | 46,34 |
| | | **Iš viso:** | **28,06** | **24,52** | **65,84** | **561,11** |

II variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis) | 1-3/26AT (91 p.) | 100 | 0,52 | 5,02 | 4,67 | 30,09 |
| Tiršta šviežių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)(sezono metu) | 1-3/28AT (93 p.) | 100 | 1,25 | 2,10 | 8,78 | 59,08 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Kepti varškėčiai su morkomis (tausojantis) | 7-7/162T (242p.) | 180 | 26,32 | 14,87 | 25,46 | 340,97 |
| Grietinė, 30%rieb. | | 30 | 0,72 | 9,0 | 0,93 | 87,90 |
| Sezoniniai vaisiai | | 70 | 0,28 | 0,21 | 9,38 | 40,53 |
| | | **Iš viso:** | **30,48** | **31,45** | **58,67** | **604,19** |

"SKONIŲ PYNĖ"
150097355

3 savaitė
Trečiadienis
I variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Rūgštynių sriuba (tausojantis; augalinis) | 1-3/22AT (87 p.) | 100 | 3,93 | 5,47 | 22,46 | 154,78 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Bulvių ir cukinijų kugelis su česnakiniu varškės padažu (tausojantis) | **86 (226 p.)** | 200 | 8,76 | 8,60 | 29,46 | 230,22 |
| Sezoniniai vaisiai | | 130 | 0,52 | - | 12,87 | 53,56 |
| | **Iš viso:** | | **14,60** | **14,32** | **74,24** | **484,18** |

II variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Rūgštynių sriuba (tausojantis, augalinis) | 1-3/22AT (87 p.) | 100 | 3,93 | 5,47 | 22,46 | 154,78 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Troškinti vištienos file maltinukai (tausojantis) | **191 (424 p.)** | 100 | 10,65 | 4,01 | 8,07 | 111,01 |
| Kukurūzų kruopų košė su moliūgais, sviestu | 3-3/38T (144p.) | 120 | 3,17 | 1,43 | 28,92 | 141,23 |
| Morkų ir obuolių salotos su nesaldintu jogurtu | 2-1/12 (118 p.) | 130 | 2,15 | 0,94 | 11,42 | 62,69 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 | 0,81 | 0,90 | 10,53 | 46,17 |
| | **Iš viso:** | | **22,10** | **13,00** | **90,85** | **561,50** |

AB "SKONIŲ PYNĖ"
k. 150097355

3 savaitė
Antradienis
I variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Pomidorinė sriuba su ryžiais (tausojantis, augalinis) | 1-3/33AT (98 p.) | 100 | 1,00 | 2,25 | 9,81 | 63,49 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Grikių ir kiaulienos troškinys (tausojantis) | **11-5/100T (292p.)** | 150 | 14,30 | 7,11 | 40,38 | 282,71 |
| Šviežių kopūstų ir morkų salotos | 2-1/19A (125 p.) | 120 | 1,37 | 11,66 | 5,26 | 131,40 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 | 0,27 | 0,36 | 13,59 | 58,68 |
| | | **Iš viso:** | **18,33** | **21,63** | **78,49** | **581,90** |

II variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Pomidorinė sriuba su ryžiais (tausojantis, augalinis) | 1-3/33AT (98 p.) | 100 | 1,00 | 2,25 | 9,81 | 63,49 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Morkų kepsneliai (tausojantis; augalinis) | 6 (285p.) | 150 | 2,58 | 6,35 | 19,17 | 129,65 |
| Grietinė, 30%rieb. | | 30 | 0,72 | 9,00 | 0,93 | 87,90 |
| Sezoniniai vaisiai | | 160 | 1,60 | 0,64 | 37,44 | 161,92 |
| | | **Iš viso:** | **7,29** | **18,49** | **76,80** | **488,58** |

UAB "SKONIŲ PYNĖ"
Įm. k. 150097355

3 savaitė
Pirmadienis
I variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Žirnių sriuba (tausojantis, augalinis) | 1-3/24AT (89 p.) | 100 | 2,59 | 2,20 | 9,99 | 70,11 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Kiaulienos ir morkų troškinys su porais (su nugarine) (tausojantis) | 11-5/102T (294 p.) | 120 | 21,27 | 12,31 | 5,67 | 218,52 |
| Kiaulienos ir morkų troškinys su porais (su mente) (tausojantis) | 11-5/102T (294 p.) | 120 | 18,82 | 20,61 | 7,63 | 284,76 |
| Virtos bulvės | 4-3/65AT (184 p.) | 110 | 2,27 | 0,11 | 20,73 | 93,02 |
| Šviežių kopūstų ir morkų salotos | 2-1/19A (125 p.) | 100 | 1,14 | 9,71 | 4,39 | 109,50 |
| Sezoniniai vaisiai | | 80 | 0,81 | 0,9 | 10,53 | 46,17 |
| **Iš viso (su nugarine):** | | | **29,47** | **25,48** | **60,76** | **582,94** |
| **Iš viso (su mente):** | | | **27,02** | **33,78** | **62,72** | **649,18** |

II variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Žirnių sriuba (tausojantis, augalinis) | 1-3/24AT (89 p.) | 100 | 2,59 | 2,20 | 9,99 | 70,11 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Orkaitėje kepti viso grūdo lietiniai blynai su varške (tausojantis) | 121 (294 p.) | 150 | 12,83 | 12,81 | 29,07 | 282,81 |
| Grietinė, 30%rieb. | | 30 | 0,72 | 9,00 | 0,93 | 87,90 |
| Trintos braškės | | 50 | 0,35 | 0,20 | 2,70 | 14,00 |
| Sezoniniai vaisiai | | 50 | 0,40 | 0,10 | 5,50 | 24,50 |
| **Iš viso:** | | | **18,43** | **24,56** | **57,64** | **524,94** |

UAB "SKONIŲ PYNĖ"
Įm.k. 150097355

2 savaitė
Penktadienis
I variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis) | 1-3/40AT (105 p.) | 100 | 1,43 | 3,22 | 11,61 | 81,10 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Menkės maltinukai su morkomis ir sūriu (tausojantis) | **172 (388 p.)** | 100 | 9,22 | 9,28 | 9,24 | 157,37 |
| Jūros lydekos maltinukai su morkomis ir sūriu (tausojantis) | **172 (388 p.)** | 100 | 9,73 | 9,92 | 9,24 | 165,16 |
| Biri perlinių kruopų košė su sviestu (tausojantis) | 3-3/51T (157p.) | 110 | 3,77 | 1,60 | 28,95 | 145,31 |
| Karštų kopūstų garnyras | 4-5/106AT (195 p.) | 220 | 5,27 | 5,44 | 20,76 | 153,07 |
| Šviežių kopūstų ir morkų salotos (sezono metu) | 2-1/19A (125 p.) | 150 | 1,71 | 14,57 | 6,58 | 164,25 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 | 0,36 | - | 8,91 | 37,08 |
| **Iš viso (su menke):** | | | **21,44** | **19,79** | **88,92** | **619,55** |
| **Iš viso (su jūros lydeka):** | | | **21,95** | **20,43** | **88,92** | **627,34** |

II variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis) | 1-3/40AT (105 p.) | 100 | 1,43 | 3,22 | 11,61 | 81,10 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Virti varškėčiai su viso grūdo miltais (tausojantis) | **7-3/60T (239p.)** | 170 | 21,53 | 10,15 | 50,34 | 378,87 |
| Nesaldintas jogurtas, 2,5% rieb. | 14-1/2 (310 p.) | 30 | 1,35 | 0,75 | 1,56 | 18,39 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 | 0,36 | - | 8,91 | 37,08 |
| **Iš viso :** | | | **26,06** | **14,37** | **81,87** | **561,06** |

UAB "SKONIŲ PYNĖ"
Įm.k. 150097355

2 savaitė
Ketvirtadienis
I variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Burokėlių sriuba (tausojantis, augalinis) | 1-3/39AT (104 p.) | 100 | 1,01 | 2,10 | 7,57 | 53,21 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Šaltibarščiai su virtomis bulvėmis (sezono metu) | | 120/50 | 4,65 | 3,47 | 18,28 | 115,90 |
| Maltos jautienos troškinys su ryžiais (tausojantis) | 12-5/101T (300 p.) | 200 | 15,75 | 9,55 | 35,61 | 291,33 |
| Šviežių kopūstų, cukinijos ir morkų salotos su saulėgrąžų sėklomis | 2-1/22A (128 p.) | 150 | 2,08 | 7,34 | 8,28 | 107,48 |
| Sezoniniai vaisiai | | 80 | 0,32 | - | 7,92 | 32,96 |
| **Iš viso:** | | | **20,55** | **19,24** | **68,83** | **530,60** |
| **Iš viso (su šaltibarščiais):** | | | **22,80** | **20,36** | **70,09** | **547,67** |

II variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Burokėlių sriuba (tausojantis, augalinis) | 1-3/39AT (104 p.) | 100 | 1,01 | 2,10 | 7,57 | 53,21 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Virtų bulvių blynai su mėsos (kiauliena)įdaru ir jogurtinės grietinės padažu | **53 211 p.)** | 150/30 | 13,42 | 14,04 | 40,27 | 337,54 |
| Sezoniniai vaisiai | | 80 | 0,32 | - | 7,92 | 32,96 |
| **Iš viso :** | | | **16,14** | **16,39** | **65,21** | **469,33** |

...SKONIŲ PYNĖ"
...m.k. 150097355

2 savaitė
Trečiadienis
I variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliais (tausojantis, augalinis) | 1-3/31AT (96 p.) | 100 | 1,58 | 2,25 | 10,83 | 69,85 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Varškės apkepas su soromis ir ciberžole (tausojantis) | 7-7/163T (243p.) | 160 | 16,59 | 16,09 | 25,71 | 314,02 |
| Grietinė, 30%rieb. | | 40 | 0,96 | 12,00 | 1,24 | 117,20 |
| Sezoniniai vaisiai | | 80 | 0,32 | - | 7,92 | 32,96 |
| | | **Iš viso:** | **23,17** | **25,43** | **54,14** | **542,30** |

II variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliais (tausojantis, augalinis) | 1-3/31AT (96 p.) | 100 | 1,58 | 2,25 | 10,83 | 69,85 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Traškios vištienos blauzdelės (tausojantis) | **205 (452 p.)** | 100 | 23,06 | 6,46 | 5,50 | 172,34 |
| Biri perlinių kruopų košė su sviestu (tausojantis) | 3-3/51T (157p.) | 110 | 3,77 | 1,60 | 28,95 | 145,31 |
| Morkų ir obuolių salotos su nesaldintu jogurtu | 2-1/12 (118 p.) | 130 | 2,15 | 0,94 | 11,42 | 62,69 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 | 0,27 | 0,36 | 13,59 | 58,68 |
| | | **Iš viso :** | **32,22** | **11,86** | **79,74** | **554,49** |

UAB "SKONIŲ PYNĖ"
Im.k. 150097355

2 savaitė
Antradienis
I varinatas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Tiršta šviežių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis) | 1-3/28AT (93 p.) | 100 | 1,25 | 2,10 | 8,78 | 59,08 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Pupelių-daržovių troškinys (tausojantis; augalinis) | 14 (293p.) | 200 | 11,72 | 7,00 | 38,23 | 262,78 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 | 0,27 | 0,36 | 13,59 | 58,68 |
| | | **Iš viso:** | **14,63** | **9,71** | **70,05** | **426,17** |

II varinatas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Tiršta šviežių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis) | 1-3/28AT (93 p.) | 100 | 1,25 | 2,10 | 8,78 | 59,08 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Virti makaronai su mesa kietųjųjų kviečių makaronai )ir (kiauliena (tausojantis) | **68 (226 p.)** | 75/75 | 26,11 | 11,44 | 26,73 | 313,64 |
| Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos | 2-1/7A (113 p.) | 130 | 1,33 | 6,86 | 6,94 | 94,85 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 | 0,27 | 0,36 | 13,59 | 58,68 |
| | | **Iš viso:** | **30,35** | **21,01** | **65,49** | **571,87** |

UAB "SKONIŲ PYNĖ"
Įm.k. 150097355

2 savaitė
Pirmadienis
I variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Pupelių sriuba (tausojantis, augalinis) | 1-3/35AT (100 p.) | 100 | 3,26 | 2,79 | 13,11 | 90,58 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Vištienos kukulis su morkomis (tausojantis) | 10-3/61T (272 p.) | 90 | 18,22 | 3,52 | 1,15 | 109,08 |
| Penkių grūdų dribsnių košė | 3-3/42AT (144 p.) | 130 | 3,55 | 2,30 | 31,33 | 111,38 |
| Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis | 2-3/62A (134 p.) | 150 | 2,22 | 3,88 | 15,71 | 106,59 |
| Sezoniniai vaisiai | | 100 | 0,90 | 1,00 | 11,70 | 51,30 |
| **Iš viso:** | | | **29,54** | **13,74** | **82,45** | **514,55** |

II variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Pupelių sriuba (tausojantis, augalinis) | 1-3/35AT (100 p.) | 100 | 3,26 | 2,79 | 13,11 | 90,58 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Tradicinis varškės apkepas (tausojantis) | **152 (350 p.)** | 120 | 16,48 | 20,53 | 15,37 | 312,10 |
| Trintos braškės | | 50 | 0,35 | 0,2 | 2,70 | 14,00 |
| Sezoniniai vaisiai | | 80 | 0,80 | 0,32 | 18,72 | 80,96 |
| **Iš viso:** | | | **22,28** | **24,09** | **59,35** | **543,26** |

UAB "SKONIŲ PYNĖ"
Įm.k. 150097355

1 savaitė
Penktadienis
I variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis, augalinis) | 1-3/30AT (95 p.) | 100 | 2,82 | 2,22 | 12,31 | 80,49 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Orkaitėje keptas maltos žuvies (jūros lydekos) kotletas (tausojantis) | 9-8/162T (267 p.) | 110 | 21,47 | 3,93 | 6,28 | 146,39 |
| Grikių kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi | 3-3/52AT (158p.) | 100 | 5,92 | 2,90 | 32,34 | 179,16 |
| Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos | 2-1/6A (112 p.) | 130 | 1,55 | 6,83 | 4,88 | 87,17 |
| Sezoniniai vaisiai | | 100 | 0,90 | 1,00 | 11,70 | 51,30 |
| | | **Iš viso:** | **34,05** | **17,13** | **76,96** | **590,13** |

II variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis, augalinis) | 1-3/30AT (95 p.) | 100 | 2,82 | 2,22 | 12,31 | 80,49 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Orkaitėje keptos vištienos blauzdelės (tausojantis) | **200 (442 p.)** | 80 | 19,31 | 8,38 | 1,90 | 160,26 |
| Traškios bulvytės | 78 (211 p.) | 100 | 2,27 | 5,69 | 20,77 | 143,33 |
| Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos | 2-1/6A (112 p.) | 130 | 1,55 | 6,83 | 4,88 | 87,17 |
| Sezoniniai vaisiai | | 100 | 0,90 | 1,00 | 11,70 | 51,30 |
| Iš viso: | | | 28,24 | 24,37 | 61,01 | 568,17 |

UAB "SKONIŲ PYNĖ"
Įm.k. 150097355

1 savaitė
Ketvirtadienis
I variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis) | 1-3/41AT (106 p.) | 100 | 1,27 | 3,06 | 7,59 | 62,92 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Cukinijų, moliūgų, morkų, avinžirnių troškinys (tausojantis; augalinis) | 2 (281p.) | 150 | 6,34 | 5,92 | 32,43 | 214,05 |
| Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais | 2-3/60A (132 p.) | 100 | 3,45 | 7,25 | 13,01 | 131,35 |
| Sezoniniai vaisiai | | 80 | 0,24 | 0,32 | 12,08 | 52,16 |
| | | **Iš viso:** | **12,69** | **16,80** | **74,56** | **506,10** |

II variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis) | 1-3/41AT (106 p.) | 100 | 1,27 | 3,06 | 7,59 | 62,92 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Orkaitėje kepti viso grūdo lietiniai blynai su bananais (tausojantis) | **119 (290 p.)** | 180 | 9,38 | 11,68 | 36,63 | 289,13 |
| Grietinė, 30% rieb. | | 25 | 0,65 | 7,50 | 0,68 | 72,80 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 | 0,27 | 0,36 | 13,59 | 58,68 |
| | | **Iš viso:** | **12,96** | **22,85** | **67,94** | **529,15** |

UAB "SKONIŲ PYNĖ"
Įm.k. 150097355

1 savaitė
Trečiadienis
I variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba (tausojantis, augalinis) | 1-3/34AT (99 p.) | 100 | 2,84 | 1,24 | 10,73 | 65,39 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Orkaitėje keptas kiaulienos kumpinės kukulis su avižų sėlenomis ir obuoliu (tausojantis) | 11-8/160T (297 p.) | 100 | 19,25 | 7,00 | 5,72 | 162,83 |
| Biri perlinių kruopų košė su sviestu | 3-3/51T (157p.0 | 110 | 3,77 | 1,60 | 28,95 | 145,31 |
| Morkų ir obuolių salotos su nesaldintu jogurtu | 2-1/12 (118 p.) | 130 | 2,15 | 0,94 | 11,42 | 62,69 |
| Sezoniniai vaisiai | | 120 | 0,36 | 0,48 | 18,12 | 78,24 |
| | | **Iš viso:** | **29,76** | **11,51** | **84,39** | **560,08** |

II variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba (tausojantis, augalinis) | 1-3/34AT (99 p.) | 100 | 2,84 | 1,24 | 10,73 | 65,39 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Orkaitėje kepti varškėčiai be cukraus (tausojantis) | **155 (356 p.)** | 130 | 22,43 | 13,42 | 12,42 | 260,13 |
| Grietinė, 30% rieb. | | 25 | 0,65 | 7,5 | 0,68 | 72,80 |
| Sezoniniai vaisiai | | 120 | 1,20 | 0,48 | 28,08 | 121,44 |
| | | **Iš viso:** | **28,51** | **22,89** | **61,64** | **565,31** |

UAB "SKONIŲ PYNĖ
Įm.k. 150097355

1 savaitė
Antradienis
I variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energine vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis) | 1-3/40AT (105 p.) | 100 | 1,43 | 3,22 | 11,61 | 81,10 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Kiaulienos kukulis su rausvuoju padažu (tausojantis) | **222 (490 p.)** | 100 | 15,14 | 10,07 | 8,18 | 183,91 |
| Virtos bulvės | 4-3/65AT (184 p.) | 110 | 2,27 | 0,11 | 20,73 | 93,02 |
| Šviežių kopūstų, morkų ir obuolių salotos | 2-1/20A (126 p.) | 150 | 1,30 | 9,18 | 7,86 | 119,22 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 | 0,27 | 0,36 | 13,59 | 58,68 |
| | | **Iš viso:** | **21,80** | **23,19** | **71,42** | **581,55** |

II variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energine vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis) | 1-3/40AT (105 p.) | 100 | 1,43 | 3,22 | 11,61 | 81,10 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Viso grūdo mieliniai varškės blynai | **141 (330 p.)** | 100 | 13,16 | 19,30 | 22,77 | 317,45 |
| Trintos braškės | | 50 | 0,35 | 0,2 | 2,70 | 14,00 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 | 0,27 | 0,36 | 13,59 | 58,68 |
| | | **Iš viso:** | **16,60** | **23,33** | **60,12** | **516,85** |

UAB "SKONIŲ PYNĖ"
k. 150097355

1 savaitė
Pirmadienis
Ivariantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Tiršta agurkinė sriuba (tausojantis, augalinis) | 1-3/25AT (90 p.) | 100 | 2,07 | 2,31 | 16,23 | 93,96 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Virti varškėčiai su viso grūdo miltais (tausojantis) | 7-3/60T (239 p.) | 170 | 21,53 | 10,15 | 50,34 | 378,87 |
| Nesaldintas jogurtas, 2,5% rieb. | 14-1/2 (310 p.) | 30 | 1,35 | 0,75 | 1,56 | 18,39 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 | 0,81 | 0,90 | 10,53 | 46,17 |
| | | **Iš viso:** | **27,15** | **14,36** | **88,11** | **583,01** |

II variantas

**Pietūs 12:00- 14:00 val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | baltymai, g | riebalai, g | angliavandeniai, g | |
| Tiršta agurkinė sriuba (tausojantis, augalinis) | 1-3/25AT (90 p.) | 100 | 2,07 | 2,31 | 16,23 | 93,96 |
| Viso grūdo duona | 16-1/2 (332 p.) | 25 | 1,39 | 0,25 | 9,45 | 45,62 |
| Vištienos filė troškinys su bulvėmis, morkomis ir ryžiais (tausojantis) | **190 (422 p.)** | 200 | 12,44 | 8,88 | 22,96 | 221,46 |
| Šviežių kopūstų ir morkų salotos | 2-1/19A (125 p.) | 120 | 1,37 | 11,66 | 5,26 | 131,40 |
| Sezoniniai vaisiai | | 90 | 0,27 | 0,36 | 13,59 | 58,68 |
| | | **Iš viso:** | **17,54** | **23,46** | **67,49** | **551,12** |

JAB "SKONIŲ PYNĖ"
Įm.k. 150097355