2020-03-10

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

VšĮ„Bruneros“ Radviliškio skyrius

Radviliškio r.Sidabravo gimnazija

Pergalės g. 13, Sidabravas, Radviliškio r.

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

__15__ DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

__11 ir vyr.__

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo __ iki__ val.

1 savaitė pirmadienis

Dokumento serija NR Nr. 028226

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė (tausojantis)	IKRUOPN-17A	250 g.	7,25	3,01	38,38	200,40
Sviestas 82%	IVNT-15K	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu	IUŽKN-16A	40/5/25 g.	5,70	7,47	21,14	171,29
Kmynų arbata be cukraus	GĖRN-46J	200 g.	0,04	0,03	0,10	0,67
			13,02	14,61	59,66	409,51

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė kcal
Jautienos kotletas	AKMPN-77E	80 g.	260,84
Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGARN-5B	150 g.	236,76
Žalieji žirneliai(augalinis)	GSALN-100	30 g.	19,20
Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139G	100 g.	41,93
Vanduo su apelsinu	GĖRN-87A	200 g.	6,02
Bananas(augalinis)	IVNT-7D	100 g.	97,00
			661,75

Pietūs II var. (tausojantis)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė kcal
Žaliųjų žirnelių sriuba su kopūstais(augalinis) (tausojantis)	SRIN-124	150 g.	53,59
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	94,89
Jautienos plovas troškintas(tausojantis)	AKMPN-182C	46/184 g.	372,98
Burokėlių salotos su jogurtu	GSALN-139H	120 g.	50,32
Vanduo su apelsinu	GĖRN-87A	200 g.	6,02
Bananas(augalinis)	IVNT-7D	100 g.	97,00
			674,8

Pietūs III var.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė kcal
Žaliųjų žirnelių sriuba su kopūstais(augalinis) (tausojantis)	SRIN-124	150 g.	53,59
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	71,17
Kepti varškėčiai	AVRŠPN-2D	200 g.	522,23
Grietinė	IVNT-14B	15 g.	37,35
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00
Gaivios vaisių salotos (obuo,banan,apels)	GSALN-43PP	120 g.	72,81
			757,15

Radviliškio rajono Sidabravo gimnazijos direktorius Zenonas Gedvilas

Mitybos sk. vadovė Virginija Katkuvienė

1 savaitė antradienis

Dokumento serija NR Nr. 028227

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). 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(tausojantis)	IKRUOPN-16G	220 g.	7,26	3,13	31,30	182,75
Sviestas 82%	IVNT-15K	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Skrebutis	IUŽKN-1F	40 g.	3,58	6,28	17,35	135,53
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			11,27	13,91	61,69	408,43

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė kcal
Skryliai (tausojantis)	AMLTN-18B	200 g.	324,95
Grietinė	IVNT-14C	20 g.	49,80
Šviežių daržovių salotos su aliejumi (kopūs,mork,obuol,svog) (augalinis)	GSALN-26G	120 g.	94,61
Kefyras	GĖRN-49	200 g.	104,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9B	150 g.	64,50
			637,86

Pietūs II var. (tausojantis)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė kcal
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-3BB	150 g.	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94A	40 g.	94,89
Virtų bulvių cepelinai su vištienos idaru (tausojantis)	ADRŽPN-37LL	198/32 g.	296,80
Grietinės padažas	PADN-7	20 g.	33,29
Šviežių daržovių salotos su aliejumi (kopūs,mork,obuol,svog) (augalinis)	GSALN-26Q	130 g.	102,43
Kefyras	GĖRN-49	200 g.	104,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00
			719,49

Pietūs III var.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė kcal
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	SRIN-3BB	150 g.	45,08
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	71,17
Silkės filė kotletas	AŽUVPN-53A	80 g.	211,63
Pieno 2,5% padažas su svogūnais	PADN-6	20 g.	19,73
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGARN-13B	150 g.	125,15
Šviežių daržovių salotos su aliejumi (kopūs,mork,obuol,svog) (augalinis)	GSALN-26G	120 g.	94,61
Kefyras	GĖRN-49	200 g.	104,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00
			714,37

Radviliškio rajono Sidabravo gimnazijos direktorius Zenonas Gulvilas

Mitybos sk. vadovė Virginija Katkuvienė

1 savaitė trečiadienis

Dokumento serija NR Nr. 028228

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su cinamonu(tausojantis)	IKRUOPN-15L	250 g.	9,13	5,29	36,08	217,96
Sviestas 82%	IVNT-15K	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varške 9%	IUŽKN-13J	30/5/20 g.	6,05	6,74	19,76	159,57
Kmynų arbata be cukraus	GĖRN-46J	200 g.	0,04	0,03	0,10	0,67
			15,25	16,16	55,98	415,35

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė kcal
Silkės filė rageliai	AŽUVPN-60A	80 g.	327,52
Bulvių košė (tausojantis)	GGARN-14B	150 g.	138,54
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,mork) (augalinis)	GSALN-41B	50 g.	49,53
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75A	70 g.	70,40
Vanduo su apelsinu	GĖRN-87A	200 g.	6,02
Bananas(augalinis)	IVNT-7D	100 g.	97,00
			689,01

Pietūs II var. (tausojantis)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė kcal
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38AA	150 g.	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94B	50 g.	118,61
Vištienos kukulis(tausojantis)	AKMPN-189A	80 g.	176,65
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7A	130 g.	124,25
Pekino kopūstų salotos su agurkais (obuol,mork) (augalinis)	GSALN-41B	50 g.	49,53
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSALN-75A	70 g.	70,40
Vanduo su apelsinu	GĖRN-87A	200 g.	6,02
Bananas(augalinis)	IVNT-7D	100 g.	97,00
			689,31

Pietūs III var.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė kcal
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRIN-38AA	150 g.	46,85
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	71,17
Sklindžiai su varške 9%	AMLTN-22B	200 g.	542,06
Grietinė	IVNT-14B	15 g.	37,35
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖRN-37C	200 g.	0,00
Gaivios vaisių salotos (obuo,banan,apels)	GSALN-43PP	120 g.	72,81
			770,24

Radviliškio rajono Sidabravo gimnazijos direktorius Zenonas Gedvilas

Mitybos sk. vadovė Virginija Katkuvienė

1 savaitė ketvirtadienis

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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-15K	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45%	IUŽKN-8HH	30/5/15 g.	5,87	8,48	15,75	160,37
Žolelių arbata be cukraus	GĖRN-42D	200 g.	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,66	15,13	56,55	414,3

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė kcal
Švilpikai(bulv,milt,kiauš)	ADRŽPN-65A	230 g.	374,58
Grietinė	IVNT-14C	20 g.	49,80
Morkų salotos su jogurtu	GSALN-128C	60 g.	23,81
Burokėlių salotos su ž. žirneliais ir salotų padažu (aliej, česn, citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-30C	70 g.	123,40
Vanduo su citrina	GĖRN-65	200 g.	4,34
Kriaušė(augalinis)	IVNT-30	100 g.	52,00
			627,93

Pietūs II var. (tausojantis)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė kcal
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis(augalinis) (tausojantis)	SRIN-117A	150 g.	80,11
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94B	50 g.	118,61
Silkės filė troškinta su daržovėmis (mork,svog.) pomidorų padaže (tausojantis)	AŽUVPN-57A	80/60 g.	208,71
Bulvių košė (tausojantis)	GGARN-14B	150 g.	138,54
Burokėlių salotos su ž. žirneliais ir salotų padažu (aliej, česn, citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-30	90 g.	156,64
Vanduo su citrina	GĖRN-65	200 g.	4,34
Kriaušė(augalinis)	IVNT-30	100 g.	52,00
			758,95

Pietūs III var.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė kcal
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis(augalinis) (tausojantis)	SRIN-117A	150 g.	80,11
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	71,17
Maltas vištienos šnicelis	AKMP-SMLPC-38C	80 g.	257,43
Grikių košė garnyrui (augalinis) (tausojantis)	GGARN-7B	150 g.	144,48
Morkų salotos su jogurtu	GSALN-128A	50 g.	19,87
Burokėlių salotos su ž. žirneliais ir salotų padažu (aliej, česn, citr.)(augalinis)	GSAL-WWW-30C	70 g.	123,40
Kefyras	GĖRN-49	200 g.	104,00
Kriaušė(augalinis)	IVNT-30	100 g.	52,00
			852,46

Radviliškio rajono Sidabravo gimnazijos direktorius Zenonas Galvilas

Mitybos sk. vedėja Virginija Katkuvienė

1 savaitė penktadienis

Dokumento serija NR Nr. 028230

Požymis: Vaikai (11 ir vyresni). Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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-15K	5 g.	0,03	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varškės sūriu 22%	IUŽKN-9F	30/5/15 g.	5,58	8,24	19,48	170,17
Kmynų arbata be cukraus	GĖRN-46J	200 g.	0,04	0,03	0,10	0,67
Obuoliai(augalinis)	IVNT-8A	100 g.	0,40	0,40	13,00	53,00
			13,33	15,76	70,95	467,79

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė kcal
Garintas vištienos maltinis (tausojantis)	AKMPN-25E	80 g.	140,79
Virti makaronai (augalinis) (tausojantis)	GGARN-12B	150 g.	219,28
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44M	120 g.	132,65
Kefyras	GĖRN-49	200 g.	104,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9B	150 g.	64,50
			661,22

Pietūs II var. (tausojantis)

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė kcal
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-39L	150 g.	46,97
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	71,17
Makaronai su morkomis ir vištiena (tausojantis)	AMLTN-55	147/48/55 g.	440,74
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSALN-44M	120 g.	132,65
Kefyras	GĖRN-49	200 g.	104,00
Apelsinai(augalinis)	IVNT-9A	100 g.	43,00
			838,53

Pietūs III var.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Energinė vertė kcal
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRIN-39L	150 g.	46,97
Ruginė duona (pilno grūdo)	IVNT-94	30 g.	71,17
Virtinukai su varške 9% (tausojantis)	AMLTN4H	131/89 g.	400,29
Grietinė	IVNT-14C	20 g.	49,80
Vanduo su apelsinu	GĖRN-87A	200 g.	6,02
Gaivios vaisių salotos (obuo.banan.apels)	GSALN-43P	100 g.	60,66

Radviliškio rajono Sidabravo gimnazijos direktorius Zenonas Galvilas

Mitybos sk. vadovė Virginija Katkuvienė