

Jurbarko Vytauto Didžiojo pagrindinės mokyklos

Vytauto Didžiojo g. 53A, Jurbarkas
Juridinio asmens kodas 191873296
(įstaigos pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

11-16 m. amžiaus grupė

(amžiaus grupė)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 08:00 iki 17:00 val.



1 Savaitė, Pirmadienis



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščiai su pupelėmis ir grietine (tausojantis) (P)*	1 (Sr)	250.00	4.58	10.45	21.58	199
Tamsi duona	duon1	20.00	0.32	0.36	1.64	11
Orkaitėje kepta vištienos blauzdelių mėsa (tausojantis)	batam3	100.00	0.11	4.92	1	49
Bulvių košė (tausojantis) (P)*	4 (Gr)	75.00	1.55	2.34	10.84	71
Morkų, kopūstų ir žirnelių salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	15	90.00	1.39	6.08	4.63	79
Vanduo su citrina	4 (Gė)	200.00	0.07	0.04	0.63	3
Apelsinai		120.00	1.51	0.34	13.61	64
Iš viso:			9.53	24.53	53.93	475
Iš viso (dienos davinio):			9.53	24.53	53.93	475

* **Alergenai:** P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Jurbarko Vytauto Didžiojo pagrindinės mokyklos (Dokumentas: 5-10 klasės (naujas))

Direktorius, Jurgita Volbikienė

1 Savaitė, Antradienis

Pietūs



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis, tausojantis)	4 (Sr)	250.00	6.79	5.65	20.46	160
Tamsi duona	duon1	20.00	0.32	0.36	1.64	11
Maltos jautienos troškiny su ryžiais (tausojantis) (G)*	12-5/101T	200.00	19.67	19.24	21.37	337
Burokėlių salotos (augalinis)	6 (S)	50.00	0.81	2.55	4.93	46
Šviežias agurkas (augalinis)	3 (S)	50.00	0.4	0.05	1.3	7
Vanduo su citrina	4 (Gė)	200.00	0.07	0.04	0.63	3
Obuoliai	1 (UDo)	100.00	0.4	0.1	9.8	42
Iš viso:			28.46	27.99	60.13	606
Iš viso (dienos davinio):			28.46	27.99	60.13	606

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai

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	1.85	5.2	11.34	100
Tamsi duona	duon1	20.00	0.32	0.36	1.64	11
Virtų bulvių cepelinai su mėsa (tausojantis) (K)*	Nr.53	200.00	15.9	12.44	41.32	341
Grietinė (P)*	P15	20.00	0.48	6	0.63	58
Morkų lazdelės (augalinis)	8 (S)	50.00	0.65	0.05	3.6	17
Vanduo su citrina	4 (Gė)	200.00	0.07	0.04	0.63	3
Bananai	1 (UD)	100.00	1.65	0.11	23.1	100
Iš viso:			20.92	24.2	82.26	631
Iš viso (dienos davinio):			20.92	24.2	82.26	631

* **Alergenai:** K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Jurbarko Vytauto Didžiojo pagrindinės mokyklos (Dokumentas: 5-10 klasės (naujas))

Direktorius, Jurgita Volbikienė

1 Savaitė, Ketvirtadienis



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (tausojantis)	9 (Sr)	250.00	2.57	5.3	14.62	116
Tamsi duona	duon1	20.00	0.32	0.36	1.64	11
Keptas orkaitėje žuvies paplotėlis (tausojantis) (G, K, Ž) [*]	8 (KP)	80.00	14.46	6.21	3.82	129
Perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (G) [*]	kose654	70.00	1.72	1.32	12.16	67
Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	1 (S)	50.00	0.86	2.05	2.62	32
Vanduo su citrina	4 (Gė)	200.00	0.07	0.04	0.63	3
Kriaušės	1 (UDk)	150.00	1.08	0.42	20.55	90
Iš viso:			21.08	15.7	56.04	450
Iš viso (dienos davinio):			21.08	15.7	56.04	450

^{*} **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai

Jurbarko Vytauto Didžiojo pagrindinės mokyklos (Dokumentas: 5-10 klasės (naujas))

Direktorius, Jurgita Volbikienė

1 Savaitė, Penktadienis

Pietūs



Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų ir daržovių sriuba (tausojantis) (G)*	kruo45	250.00	3.38	2.68	24.58	136
Juoda duona (G, GA, K, P)*	5 (Su1)	20.00	1.4	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)	100.00	2.67	0.53	21.73	102
Daržovių rinkinukas (augalinis)	22 (S)	50.00	0.48	0.08	1.6	9
Vanduo su citrina	4 (Gė)	200.00	0.07	0.04	0.63	3
Bananai	1 (UD)	120.00	1.98	0.13	27.72	120
Iš viso:			38.61	24.41	91.9	742
Iš viso (dienos davinio):			38.61	24.41	91.9	742

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), GA - Garstyčios ir jų produktai

Jurbarko Vytauto Didžiojo pagrindinės mokyklos (Dokumentas: 5-10 klasės (naujas))

Direktorius, Jurgita Volbikienė

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 (augalinis, tausojantis)	S-21	250.00	2.29	2.46	12.52	81	
Tamsi duona	duon1	20.00	0.32	0.36	1.64	11	
Kiaulienos guliašas (tausojantis) (G, P) [*]	12 (KP)	200.00	38.6	33.53	11.98	504	
Bulvių košė (tausojantis) (P) [*]	4 (Gr)	100.00	2.06	3.12	14.45	94	
Burokėlių salotos (augalinis)	6 (S)	50.00	0.81	2.55	4.93	46	
Vanduo su citrina	4 (Gė)	200.00	0.07	0.04	0.63	3	
Apelsinai		150.00	1.89	0.42	17.01	79	
			Iš viso:	46.04	42.48	63.16	819
			Iš viso (dienos davinio):	46.04	42.48	63.16	819

^{*}**Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

Jurbarko Vytauto Didžiojo pagrindinės mokyklos (Dokumentas: 5-10 klasės (naujas))

Direktorius, Jurgita Volbikienė

2 Savaitė, Trečiadienis



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Lešių sriuba su daržovėmis (tausojantis)	ANKŠ1	200.00	0.78	1.62	5.62	40
Tamsi duona	duon1	20.00	0.32	0.36	1.64	11
Keptas kiaulienos maltinukas (tausojantis) (G, K, P)*	11 (KP)	100.00	21.29	16.73	6.95	264
Virti makaronai (tausojantis) (G, K)*	7G	80.00	3.25	3.6	20.8	129
Pekino kopūstų, agurkų, salotos su aliejumi (augalinis)	60 S	50.00	0.88	5.06	3.01	61
Vanduo su citrina	4 (Gė)	200.00	0.07	0.04	0.63	3
Obuoliai	1 (UDo)	150.00	0.6	0.15	14.7	63
Iš viso:			27.19	27.56	53.35	570
Iš viso (dienos davinio):			27.19	27.56	53.35	570

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Bulvių, sriuba su mėsos kukulaičiais (tausojantis) (K)*	7 (Sr)	250.00	8.43	7.26	12.17	148
Tamsi duona	duon1	20.00	0.32	0.36	1.64	11
Menkės kukuliai sūrio padaže (tausojantis) (G, K, P)*	zuv6	100.00	8.69	19.91	9.99	254
Virti grikiiai (augalinis, tausojantis)	3 (G1)	60.00	3.62	3.35	17.88	116
Iceberg salotos su pomidorais, agurkais ir alyvuogių aliejumi		60.00	0.3	4.25	1.16	44
Vanduo su citrina	4 (Gè)	200.00	0.07	0.04	0.63	3
Kriaušės	1 (UDk)	150.00	1.08	0.42	20.55	90
Iš viso:			22.51	35.59	64.02	666
Iš viso (dienos davinio):			22.51	35.59	64.02	666

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)



Jurbarko Vytauto Didžiojo pagrindinės mokyklos (Dokumentas: 5-10 klasės (naujas))

Direktorius, Jurgita Volbikienė

2 Savaitė, Penktadienis

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	1.85	5.2	11.34	100
Tamsi duona	duon1	20.00	0.32	0.36	1.64	11
Ryžių-kiaulienos plovas (tausojantis) (G, P)*	1 (KP)	200.00	17.18	16.33	30.6	338
Šviežios agurkų salotos su krapais (augalinis)	DAR008	50.00	0.4	2.19	1.29	26
Vanduo su citrina	4 (Gė)	200.00	0.07	0.04	0.63	3
Bananai	1 (UD)	150.00	2.48	0.17	34.65	150
Iš viso:			22.3	24.29	80.15	628
Iš viso (dienos davinio):			22.3	24.29	80.15	628

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, 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	11.45	8.33	3.53	135
Tamsi duona	duon1	20.00	0.32	0.36	1.64	11
Orkaitėje kepta lašišos file (tausojantis)	ZUV321	100.00	0.05	3.44	0.33	32
Sviesto ir grietinės padažas (P)*	3 (P)	20.00	0.32	10.92	0.43	101
Burokėlių salotos (augalinis)	6 (S)	80.00	1.3	4.08	7.89	73
Virti griekiai (augalinis, tausojantis)	3 (G1)	60.00	3.62	3.35	17.88	116
Vanduo su citrina	4 (Gé)	200.00	0.07	0.04	0.63	3
Bananai	1 (UD)	150.00	2.48	0.17	34.65	150
Iš viso:			19.61	30.69	66.98	623
Iš viso (dienos davinio):			19.61	30.69	66.98	623

***Alergenai:** P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)



Jurbarko Vytauto Didžiojo pagrindinės mokyklos (Dokumentas: 5-10 klasės (naujas))

Direktorius, Jurgita Volbikiene

3 Savaitė, Trečiadienis

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	6.79	5.65	20.46	160
Tamsi duona	duon1	20.00	0.32	0.36	1.64	11
Mažylių balandėliai su kiauliena (tausojantis) (G, K)*	6 (KP)	100.00	20.12	13.02	3.23	211
Bulvių košė (tausojantis) (P)*	4 (Gr)	80.00	1.65	2.5	11.56	75
Morkų salotos su česnakais (augalinis)	12 (S)	80.00	1.09	4.88	5.78	71
Vanduo su citrina	4 (Gė)	200.00	0.07	0.04	0.63	3
Obuoliai	1 (UDo)	100.00	0.4	0.1	9.8	42
Iš viso:			30.44	26.55	53.1	573
Iš viso (dienos davinio):			30.44	26.55	53.1	573

Alergenai: G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

3 Savaitė, Keturtdienis



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščiai su bulvėmis ir grietine (tausojantis) (P)*	6 (Sr)	250.00	2.37	10.27	16.72	169
Tamsi duona	duon1	20.00	0.32	0.36	1.64	11
Orkaitėje keptas vištienos file kepsnys (tausojantis) (K, P)*	MES001	100.00	3.47	4.77	0.23	58
Troškinti ryžiai su ciberžole (augalinis, tausojantis) (G)*	2 (G)	70.00	1.89	3.17	18.96	112
Iceberg salotos su pomidorais, agurkais ir alyvuogių aliejumi		40.00	0.2	2.83	0.78	29
Vanduo su citrina	4 (Gė)	200.00	0.07	0.04	0.63	3
Kriaušės	1 (UDk)	150.00	1.08	0.42	20.55	90
Iš viso:			9.4	21.86	59.51	472
Iš viso (dienos davinio):			9.4	21.86	59.51	472

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)



Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba (tausojantis) (G) [*]	sriuba6	250.00	1.28	1.88	10.6	64
Grietinė (P) [*]	P15	15.00	0.36	4.5	0.47	44
Juoda duona (G, GA, K, P) [*]	5 (Su1)	20.00	1.4	0.46	8.52	44
Bulvių plokštainis su paukštiena (tausojantis) (P) [*]	Nr.46	250.00	26.67	6.95	38.65	324
Sviesto ir grietinės padažas (P) [*]	3 (P)	30.00	0.48	16.38	0.65	152
Daržovių rinkinukas (augalinis)	22 (S)	50.00	0.48	0.08	1.6	9
Vanduo su citrina	4 (Gė)	200.00	0.07	0.04	0.63	3
Obuoliai	1 (Udo)	100.00	0.4	0.1	9.8	42
Iš viso:			31.14	30.39	70.92	682
Iš viso (dienos davinio):			31.14	30.39	70.92	682

^{*} **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), GA - Garstyčios ir jų produktai