

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

Lazdijų mokykla-darželis „Vyturėlis“

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

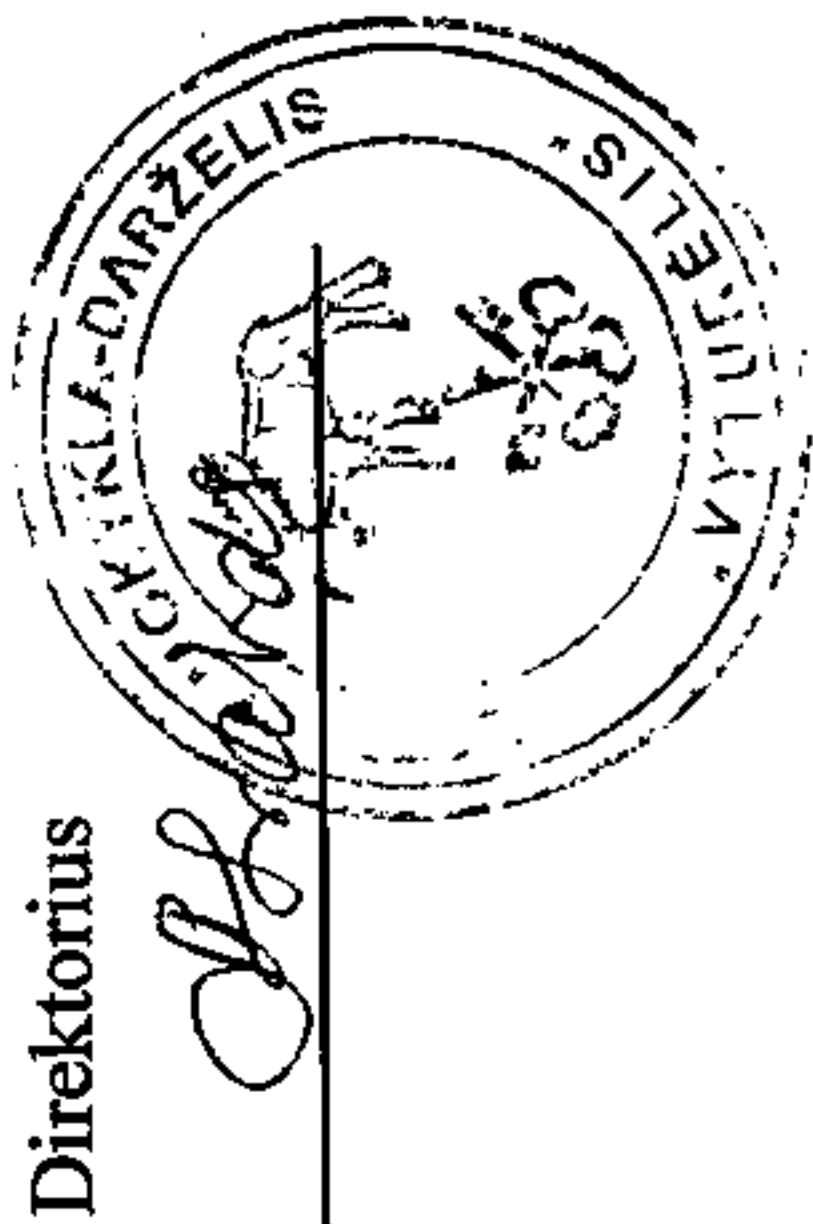
15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3 m.

(nurodyti amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7.00 iki 17.30 val.

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"
(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 1-3 m.

1 pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pusryčiai 8.00 val.						
Varškė su grietine ir vaisiais [tausojanči	v.v242	120,00	11,780	8,148	6,836	147,796
Batonas su sviestu [30 gr.]	v.v376	30,00	1,828	3,780	12,282	90,460
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
Sezoniniai vaisiai,uogos [120 gr.]	v.v204	120,00				
iš viso:		420,00	13,608	11,928	19,118	238,257
Pietūs 11.00 val.						
Rūgštynių sriuba su bulvėmis [augalini	v.v592	100,00	0,876	4,159	6,858	68,367
Virtas kiaušinis [10 gr.]	v.v594	10,00	1,230	1,170	0,070	15,730
Grietinė [5 gr.]	v.v547	5,00	0,130	1,500	0,135	14,560
Troškinta kalakutiena [tausojančis pat.]	v.v218	70,00	15,687	5,043	4,244	125,111
Biri ryžių kruopų košė [tausojantis pat	v.v219	75,00	2,848	3,610	22,982	135,810
Troškintos daržovės [šaldytų daržovių a	v.v368	50,00	2,265	2,086	5,885	51,374
Vanduo [150 gr.]	v.v017	150,00				
iš viso:		460,00	23,036	17,568	40,174	410,952
Vakarienė 15.00 val.						
Skryliukai su sviesto-grietinės padažu [131302	131302	85,00	9,420	10,735	31,711	261,139
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001

Specialistė
Iga Valiukevičienė

	)	iš viso:	235,00	9,420	10,7_	31,711	261,140
Iš viso (dienos davinio)			1 115,00	46,064	40,231	91,004	910,349

Specialistė
Ina Valiukevičienė





TVIRTINU:
Direktorius
[Signature]

Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"
(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 1-3 m.

1 antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pusryčiai 8.00 val.						
Tiršta manų košė su sėlenėlėmis ir sviestu	v.v194	150,00	6,901	5,815	25,914	183,595
Linų sėmenys [malti] [3gr.]	v.v337	3,00	0,660	1,110	0,231	13,554
Sumuštinis su batonu ir varškės sūriu[4v]	v.v378	40,00	4,796	5,870	9,954	111,830
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
Sezoniniai vaisiai,uogos [100 gr.]	v.v092	100,00				
iš viso:			12,357	12,795	36,099	308,980
Pietūs 11.00 val.						
Perlinių kruopų sriuba [augalinis] [tai	v.v453	100,00	1,529	2,156	12,844	76,894
Viso grūdo ruginė duona [30 gr.]	v.v131	30,00	2,220	0,480	12,840	64,560
" Karališki balandėliai "su padažu [taus	kk2	100,00	12,886	9,642	6,325	163,620
Bulvių košė [tausojantis] [80 gr.]	/ 2	78,00	1,582	1,860	13,108	75,500
Rauginti agurkai [75 gr]	v.v237	75,00	0,600	0,150	1,725	10,650
Vanduo [100 gr.]	v.v506	100,00				
iš viso:			18,816	14,288	46,842	391,224
Vakarienė 15.00 val.						
Bulvių plokštainis [150gr.]	v.v234	150,00	5,562	4,587	21,952	151,339
Grietinės padažas [10gr.]	r58	10,00	0,260	3,000	0,270	29,120

Specialistė
Ina Valulėvičienė

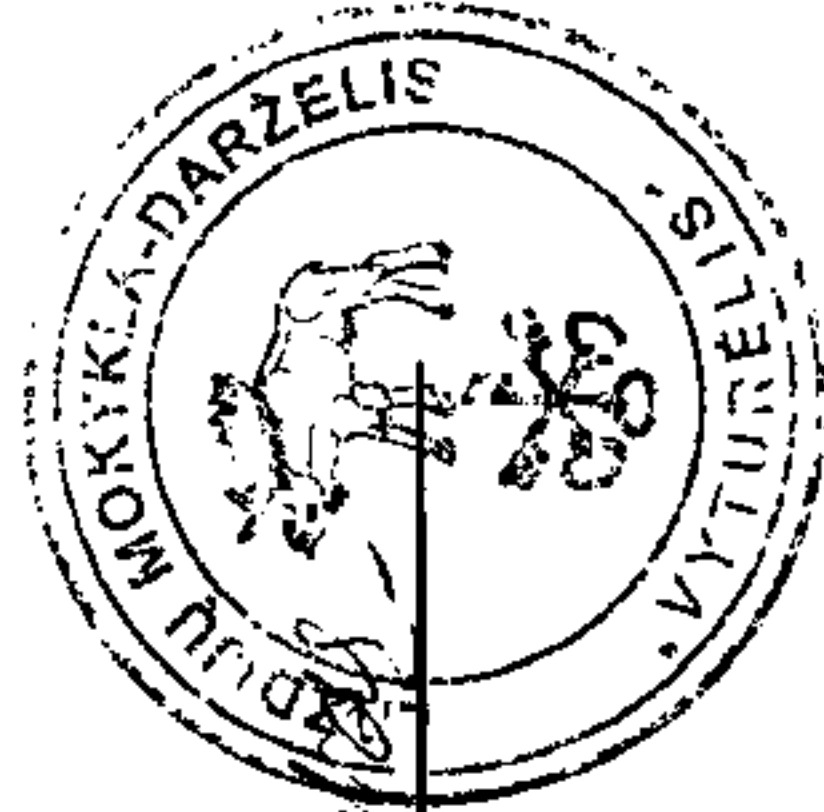
[Signature]

Pienas [2,5proc.] [120gr.]	j.v112	120,00	3,360	3,06	5,640	63,000
Sūrio lazdelės PIK-NIK/eko	v.v413	20,00	5,340	4,160	0,070	59,080
	iš viso:	300,00	14,522	14,747	27,932	302,539
Iš viso (dienos davinio)		1 226,00	45,695	41,830	110,873	1 002,743

Specialistė

Ina Valiukevičienė





TVIRTINU:
Direktorius

[Signature]

Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(istaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 1-3 m.

1 trečiadienis

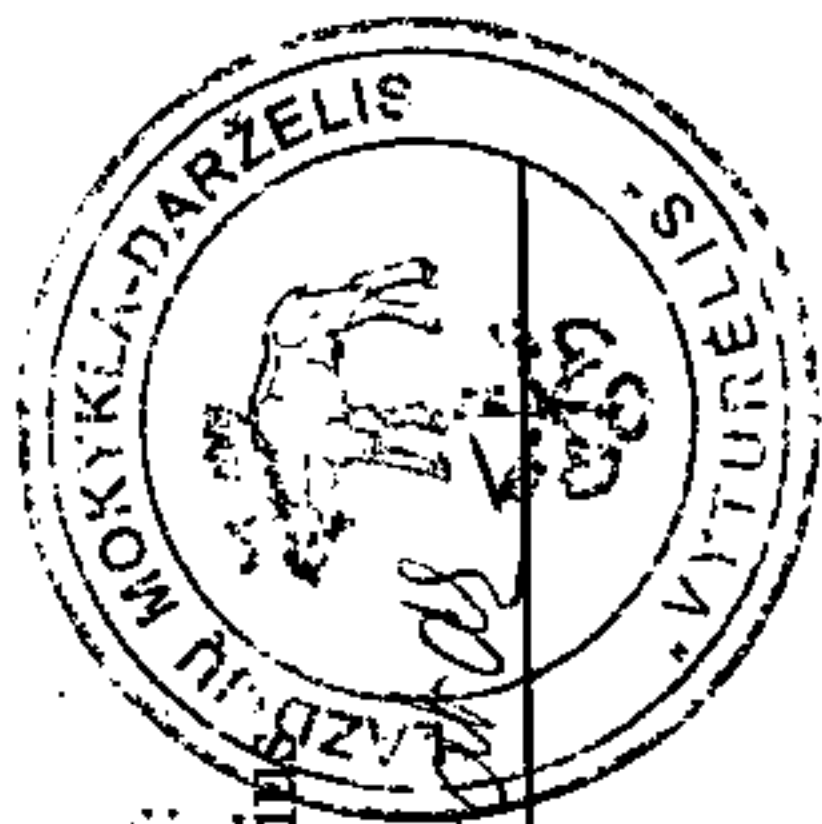
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pusryčiai 8.00 val.						
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su obuoliu	v.v199	150,00	3,858	4,885	19,513	137,449
Batonas su sviestu ir fermentiniu sūriu	v.v381	35,00	4,185	6,720	8,634	111,756
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
iš viso:			8,043	11,605	28,147	249,206
Pietūs 11.00 val.						
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir kiaušiniu	v.v057	150,00	2,524	1,156	9,740	59,454
Maltas kiaušienos /paukštiesienos šnicelis	v.v402	80,00	13,355	7,982	5,777	148,366
Virtos bulvės [augalinis] [tausojantis]	v.v117	100,00	1,995	0,099	18,242	81,839
Troškintos daržovės [šaldytų daržovių] [tausojantis]	v.v368	50,00	2,265	4,082	5,885	69,338
Vanduo [150 gr.]	v.v017	150,00				
Sezoniniai vaisiai, uogos [200 gr.]	v.v539	200,00				
iš viso:			20,139	13,319	39,644	358,997
Vakarienė 15.00 val.						
Omletas su sūriu [90 gr.] [tausojantis]	v.v239	90,00	10,232	11,298	5,940	166,369
Viso grūdo ruginė duona su sviestu 180 gr.	v.v403	20,00	1,346	1,928	7,720	53,616
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
Sezoniniai vaisiai, uogos [100 gr.]	v.v092	100,00				

Patvirtino:
Ina Valiūnaitienė

	iš viso:	360,00	11,578	13,22~	13,661	219,986
Iš viso (dienos davinio)		1 425,00	39,760	38,149	81,452	828,189

Specialistė
Ina Valukevičiūtė





TVIRTINU:
Direktorius
[Signature]

Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 1-3 m.

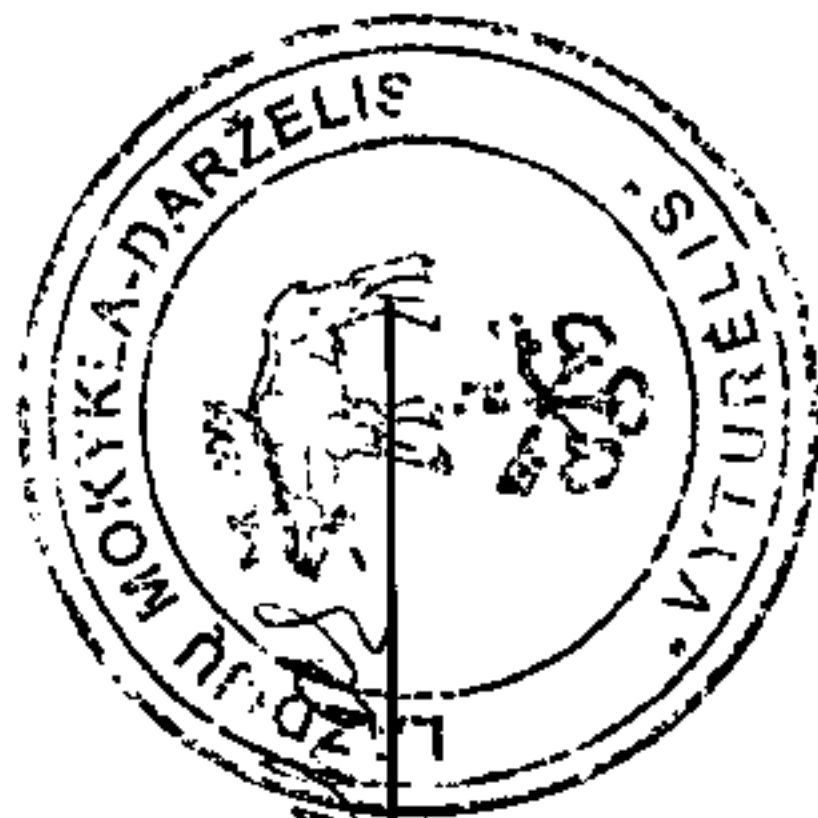
1 ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pusryčiai 8.00 val.						
Grikių kruopų košė su sviestu [tausoja]	v.v208	90,00	7,176	4,510	35,709	212,130
Batonas su sviestu [30 gr.]	v.v376	30,00	1,835	4,600	12,290	97,900
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
iš viso:		270,00	9,011	9,110	47,999	310,031
Pietūs 11.00 val.						
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis [v.v181]	v.v181	100,00	1,873	1,299	12,874	70,679
Troškinti vištienos kukulėliai [tausoja]	v.v505	130,00	16,580	8,298	4,174	157,698
Kuskusas perlinis [augalinis, tausoja]	v.v536	70,00	2,053	0,220	14,125	66,692
Troškintos daržovės [šaldytų daržovių a	v.v368	50,00	2,265	4,082	5,885	69,338
Sultys eko / nkp [100 gr]	v.v098	100,00			11,000	44,000
iš viso:		450,00	22,771	13,899	48,058	408,407
Vakarienė 15.00 val.						
Virti varškėčiai su sviesto -grietinės pad	v.v216	122,50	14,336	11,177	28,477	271,841
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
Sezoniniai vaisiai,uogos [200 gr.]	v.v539	200,00				
iš viso:		472,50	14,336	11,177	28,477	271,842
Iš viso (dienos davinio)		1 192,50	46,118	34,186	124,535	990,280

Specialistė
Ina Valiūnaitė

[Signature]

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

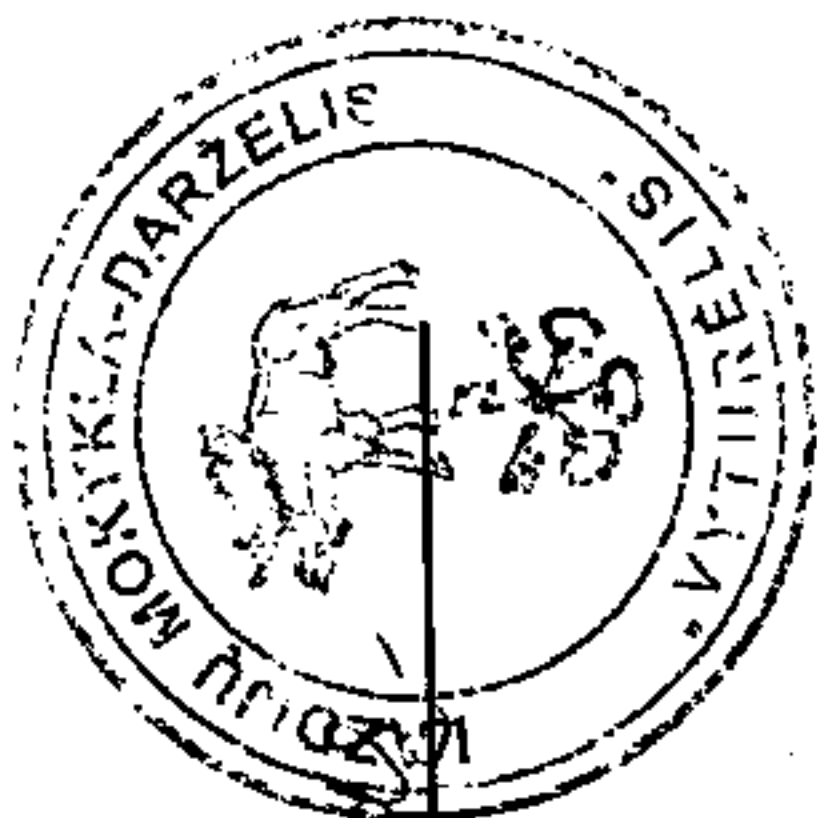
Amžiaus grupė: 1-3 m.

1 penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.		Kcal
			Baltymai	Riebalai	
Pusryčiai 8.00 val.					
Miežinių kruopų košė su sviestu [tauso]	v.v227	150,00	5,028	3,930	33,032
Grūdėta varškė[70 gr.]	v.v423	70,00	10,570	6,300	1,400
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000
iš viso:		370,00	15,598	10,230	34,432
Pietūs 11.00 val.					
Daržovių sriuba su paukštienos frikade	v.v537	110,00	3,746	3,495	6,105
Atlantinės laišos filė su padažu [85 gr.]	v.v467	85,00	14,653	12,848	3,955
Virtos bulvės [augalinis] [tauso]	v.v119	80,00	1,595	0,079	14,582
Virti burokėliai su svogūnais [augalinis]	v.v067	60,00	0,916	1,575	5,513
Vanduo [100 gr.]	v.v506	100,00			
iš viso:		435,00	20,909	17,997	30,155
Vakarienė 15.00 val.					
Viso grūdo makaronai su daržovių pada	v.v225	140,00	7,123	8,469	33,675
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000
Sezoniniai vaisiai,uogos [100 gr.]	v.v092	100,00			
iš viso:		390,00	7,123	8,469	33,675
Iš viso (dienos davinio)		1 195,00	43,630	36,696	98,262
					897,832

Specialistė
Ina Valutkevičienė

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

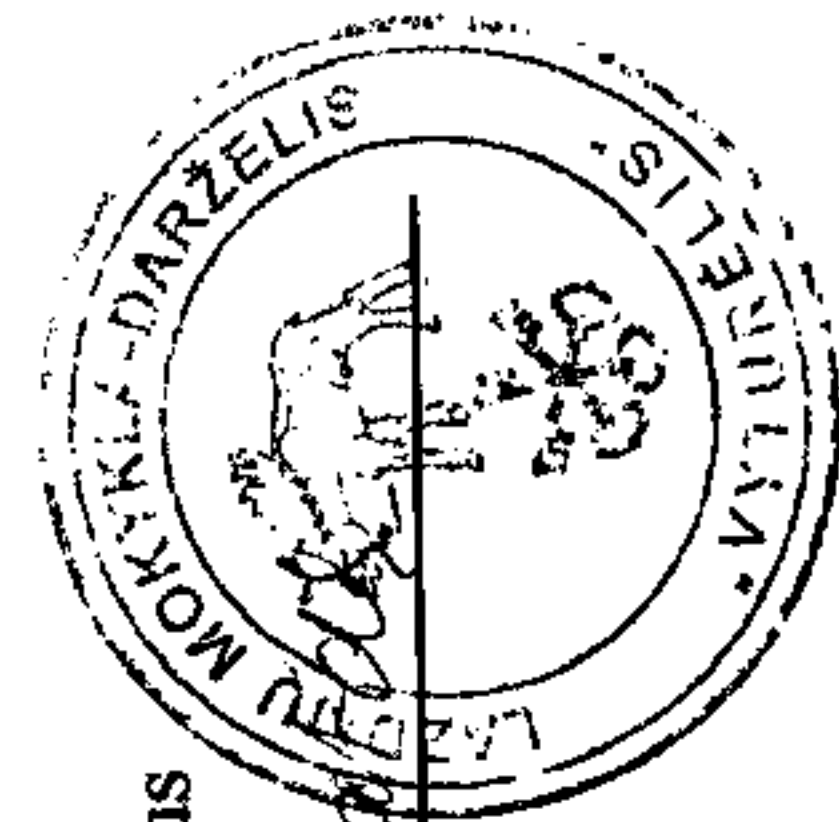
VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 1-3 m.

2 pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.		Kcal	
			Baltymai	Riebalai		Angliavandeniai
Pusryčiai 8.00 val.						
Kukurūzų dribsniai su pienu [175 gr.]	v.v541	175,00	6,550	4,925	25,625	173,025
Kepti orkaitėje sumuštiniai su varške ir	v.v043	55,00	4,476	2,043	11,795	83,469
Nesaldinta žolelių arbata [100 gr.]	v.v520	100,00			0,000	0,001
iš viso:		330,00	11,026	6,968	37,420	256,495
Pietūs 11.00 val.						
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis [	v.v181	100,00	1,873	1,299	12,874	70,679
Plovas su vištienos kulšelių mėsa [tausc	v.v148	100,00	18,020	10,204	27,075	272,213
Rauginti agurkai [75 gr]	v.v237	75,00	0,600	0,150	1,725	10,650
Vanduo [100 gr.]	v.v506	100,00				
iš viso:		375,00	20,493	11,653	41,674	353,542
Vakarienė 15.00 val.						
Virti varškėčiai su sviesto -grietinės pad	v.v216	122,50	15,336	11,197	35,667	304,781
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
Sezoniniai vaisiai,uogos [100 gr.]	v.v092	100,00				
iš viso:		372,50	15,336	11,197	35,667	304,782
Iš viso (dienos davinio)		1 077,50	46,855	29,817	114,762	914,819

Specialistė
Ina Valiukevičienė



TVIRTINU:
Direktorius

[Signature]

Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 1-3 m.

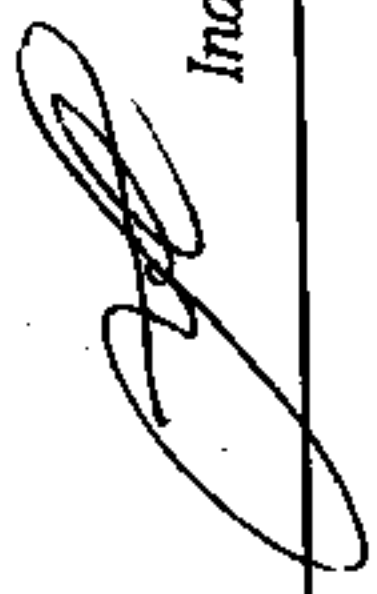
2 antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maitinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pusryčiai 8.00 val.						
Manų košė su šviežiomis uogomis [tau 111		150,00	7,495	6,940	39,760	251,480
Batonas su tepamu sūriu [sumuštinis] [v.v387		30,00	2,820	3,750	7,815	76,290
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
iš viso:		330,00	10,315	10,690	47,575	327,771
Pietūs 11.00 val.						
Burokėlių sriuba [augalinis] [tausojan v.v546		130,00	0,857	5,055	6,648	75,515
Grietinė [7.50 gr.]	v.v600	7,50	0,195	2,250	0,203	21,840
Jautienos kumpio troškiny su kopūstai v.v334		120,00	11,746	6,292	6,279	128,728
Bulvių košė [tausojantis] [80 gr.]	/ 2	78,00	1,582	1,860	13,108	75,500
Vanduo [100 gr.]	v.v506	100,00				
Sezoniniai vaisiai,uogos [100 gr.]	v.v092	100,00				
iš viso:		535,50	14,380	15,457	26,238	301,583
Vakarienė 15.00 val.						
Sklindžiai su obuoliais [140 gr.]	v.v599	140,00	7,117	6,377	41,669	252,540
Jogurtinis padažas su uogomis [25 gr.]	v.v372	25,00	0,432	0,336	6,422	30,440
Pienas [2,5proc.] [120gr.]	v.v112	120,00	3,360	3,000	5,640	63,000
iš viso:		285,00	10,909	9,713	53,731	345,980

Specialistė
Ina Valukevičienė

[Signature]

Iš viso (dienos davinio,	1 150,50	35,604	35,866	127,544	975,334
--------------------------	----------	--------	--------	---------	---------


 Specialistė
 Ina Valiukevičienė



TVIRTINU:
Direktorius
[Signature]

Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 1-3 m.

2 trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pusryčiai 8.00 val.						
Virtas kiaušinis	v.v322	61,00	6,300	5,850	1,600	84,250
Viso grūdo ruginė duona su sviestu 20/4	v.v165	25,00	1,515	4,420	8,600	80,240
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
iš viso:		236,00	7,815	10,270	10,200	164,491
Pietūs 11.00 val.						
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir	v.v057	150,00	2,524	1,156	9,740	59,454
Natūralus jogurtas [10 gr.]	v.v099	10,00	0,270	0,250	1,530	9,450
Cepelinai {virtų bulvių} su sviesto-grietine	v.v454	170,00	9,558	11,054	29,174	254,410
Vanduo [100 gr.]	v.v506	100,00				
Sūrio lazdelės PIK-NIK/eko	v.v413	20,00	5,340	4,160	0,070	59,080
iš viso:		450,00	17,692	16,620	40,513	382,394
Vakarienė 15.00 val.						
Varškės apkepas su razinomis [tausoja]	v.v189	110,00	13,784	10,169	18,810	221,897
Sviesto- grietinės padažas [8 gr.]	v.v389	8,00	0,132	4,480	0,140	41,408
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
Sezoniniai vaisiai, uogos [100 gr.]	v.v092	100,00				
iš viso:		368,00	13,916	14,649	18,950	263,306

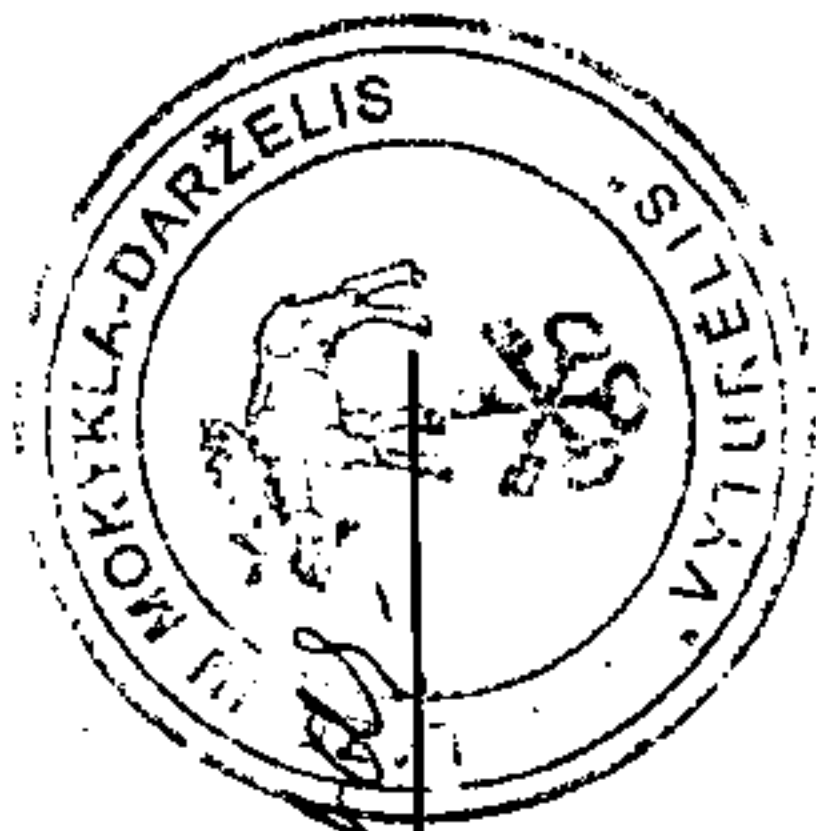
Specialistė
Valiukevičienė

[Signature]

Iš viso (dienos davinių)	1 054,00	39,423	41,53	69,664	810,191
--------------------------	----------	--------	-------	--------	---------


 Specialistė
 Ina Valiukevičienė

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 1-3 m.

2 ketvirtadienis

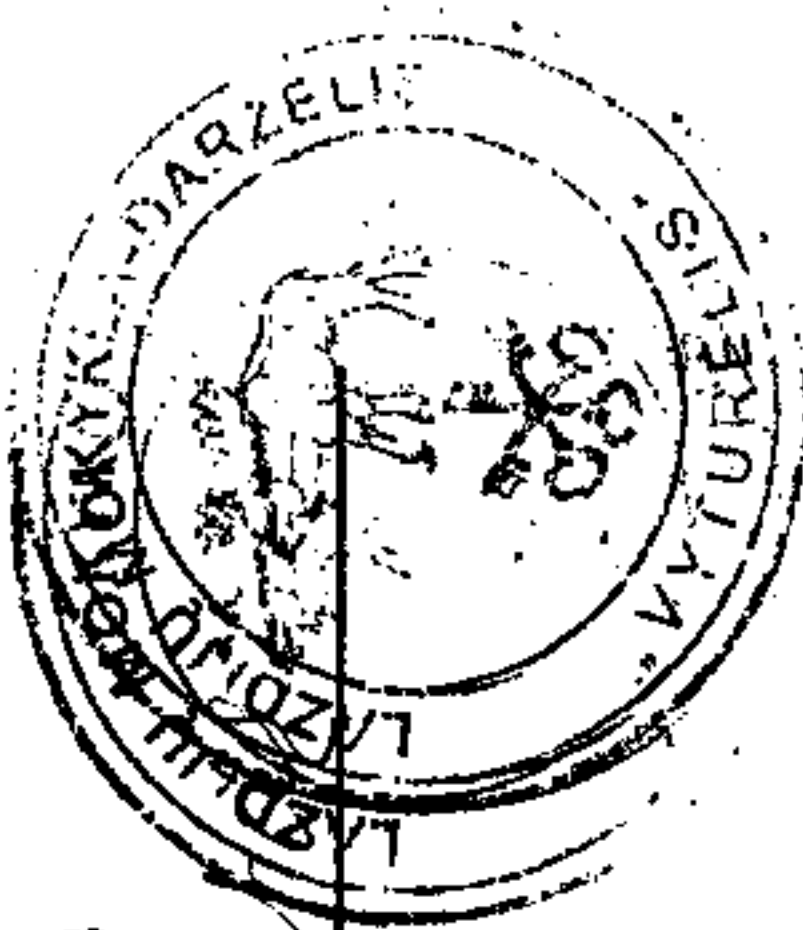
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pusryčiai 8.00 val.						
Viso grūdo makaronai su aliejumi [augal. v.v136]		150,00	7,605	4,314	42,365	238,706
Kietasis sūris [45 proc.] [15 gr.]	v.v137	15,00	3,150	4,200	0,300	51,600
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
iš viso:		315,00	10,755	8,514	42,665	290,307
Pietūs 11.00 val.						
Raugintų kopūstų sriuba [100 gr.] [tausoja v.v580]		100,00	0,804	1,153	6,421	39,269
Grietinė [5 gr.]	v.v547	5,00	0,130	1,500	0,135	14,560
Paukštiesenos guliašas [tausojantis] [110 v.v415]		110,00	13,089	7,064	6,660	142,572
Virtos bulvės [augalinis] [tausojantis] [v.v120]		70,00	1,395	0,069	12,752	57,209
Troškintos daržovės [šaldytų daržovių a v.v369]		70,00	3,265	4,621	8,445	88,429
Vanduo [100 gr.]	v.v506	100,00				
Sezoniniai vaisiai,uogos [100 gr.]	v.v092	100,00				
iš viso:		555,00	18,683	14,407	34,413	342,039
Vakarienė 15.00 val.						
Pieniška perlinių kruopų sriuba [tausoja 0025]		150,00	5,375	7,445	21,513	174,557
Batonas su sviestu [30 gr.]	v.v376	30,00	1,835	4,600	12,290	97,900
iš viso:		180,00	7,210	12,045	33,803	272,457

Specialistė
Ina Valiukevičienė

Iš viso (dienos davinių)	1 050,00	36,648	34,96	110,881	904,803
--------------------------	----------	--------	-------	---------	---------


 Specialistė
 Ina Valiukevičienė

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(istaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 1-3 m.

2 penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.		Kcal
			Baltymai	Riebalai	
Pusryčiai 8.00 val.					
Kuskusas perlinis su sviestu [tausojan	v.v543	150,00	3,287	3,468	22,430
Pienas [2,5proc.] [100 gr.]	v.v094	100,00	2,800	2,500	4,700
iš viso:		250,00	6,087	5,968	27,130
Pietūs 11.00 val.					
Miežinių kruopų sriuba su paukštie	v.v608	100,00	3,884	3,912	12,766
Kepta žuvis [100.]	v.v331	100,00	13,309	4,077	5,190
Sviesto- grietinės padažas [10 gr.]	v.v306	10,00	0,165	5,600	0,175
Biri ryžių kruopų košė su ciberžole [au	v.v514	60,00	2,331	1,273	18,972
Burokėlių salotos su aliejum [augalinis]	v.v248	80,00	1,342	3,093	8,008
Vanduo [100 gr.]	v.v506	100,00			
Sezoniniai vaisiai,uogos [200 gr.]	v.v539	200,00			
iš viso:		650,00	21,030	17,955	45,110
Vakarienė 15.00 val.					
Keptos bulvės [konvekciniu režimu , au	002	130,00	2,661	2,213	23,474
Pienas [2,5proc.] [120gr.]	v.v112	120,00	3,360	3,000	5,640
iš viso:		250,00	6,021	5,213	29,114
Iš viso (dienos davinio)		1 150,00	33,139	29,136	101,355
					800,193

Specialistė
Ina Valiukevičienė

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 1-3 m.

3 pirmadienis

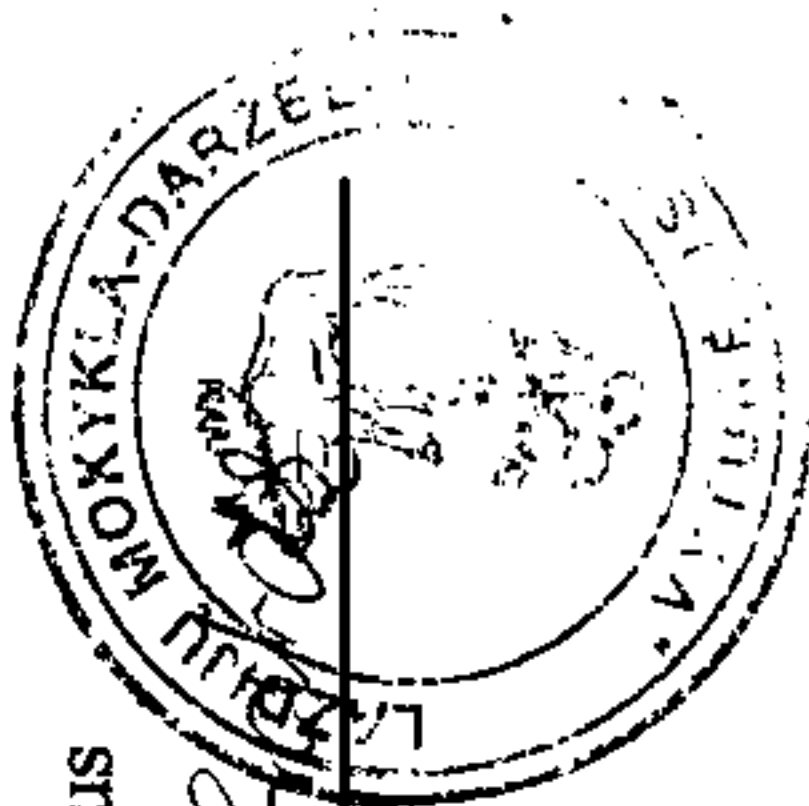
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pusryčiai 8.00 val.						
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su aliu	v.v163	100,00	4,815	4,396	20,525	140,924
Batonas su sviestu ir fermentiniu sūriu	v.v381	35,00	4,395	7,000	8,654	115,196
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
iš viso:		285,00	9,210	11,396	29,179	256,121
Pietūs 11.00 val.						
Raugintų kopūstų sriuba [100 gr.] [tauso]	v.v580	100,00	0,804	1,153	6,421	39,269
Grietinė [5 gr.]	v.v547	5,00	0,130	1,500	0,135	14,560
Maltas paukšties šnicelis [80 gr.]	r53	80,00	14,279	8,388	5,861	156,052
Sviesto- grietinės padažas [10 gr.]	v.v450	10,00	0,165	5,600	0,175	51,760
Kuskusas perlinis [augalinis ,tausojanti	v.v536	70,00	2,053	0,220	14,125	66,692
Troškintos daržovės [šaldytų daržovių a	v.v369	70,00	3,265	4,621	8,445	88,429
Sezoniniai vaisiai,uogos [100 gr.]	v.v092	100,00				
Vanduo [150 gr.]	v.v017	150,00				
iš viso:		585,00	20,696	21,482	35,162	416,762
Vakarienė 15.00 val.						
Virti varškėčiai su sviesto -grietinės pad	v.v216	122,50	13,536	11,161	22,725	245,489
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001

Specialistė
Ina Valukevičienė

Sezoniniai vaisiai, uogos [100 gr.]	v.v092	100,00				
	iš viso:	372,50	13,536	11,161	22,725	245,490
Iš viso (dienos davinio)		1 242,50	43,442	44,038	87,066	918,372


Specialistė
Ina Valiukevičienė

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 1-3 m.

3 antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pusryčiai 8.00 val.						
Kukurūzų kruopų košė su sviestu [taus	v.v332	150,00	5,832	5,540	42,186	241,930
Trinta varškė su vaisiais [40 gr.]	v.v391	40,00	3,648	2,048	1,708	39,856
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
Sūrio lazdelės PIK-NIK/eko	v.v413	20,00	5,340	4,160	0,070	59,080
	iš viso:	360,00	14,820	11,748	43,964	340,867
Pietūs 11.00 val.						
Šviežių kopūstų sriuba [augalinis] [tau	v.v173	100,00	0,880	4,598	6,107	69,330
Natūralus jogurtas [2,5 proc.] [5 gr.]	v.v022	5,00	0,135	0,125	0,765	4,725
Viso grūdo ruginė duona [20 gr.]	v.v101	20,00	1,480	0,320	8,560	43,040
Perlinių kruopų troškiny su vištienos fi	v.v417	100,00	18,277	4,483	18,514	187,511
Rauginti agurkai [60 gr]	v.v236	60,00	0,480	0,120	1,380	8,520
Vanduo [100 gr.]	v.v506	100,00				
Sezoniniai vaisiai,uogos [200 gr.]	v.v539	200,00				
	iš viso:	585,00	21,252	9,646	35,326	313,126
Vakarienė 15.00 val.						
Švilpikai [šiuškės] [180gr.]	v.v461	180,00	7,223	6,074	45,709	266,394
Pienas [2,5proc.] [150gr.]	v.v113	150,00	4,200	3,750	7,050	78,750

Specialistė
Ina Valiukevičienė



TVIRTINU:
Direktorius

Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"
(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 1-3 m.

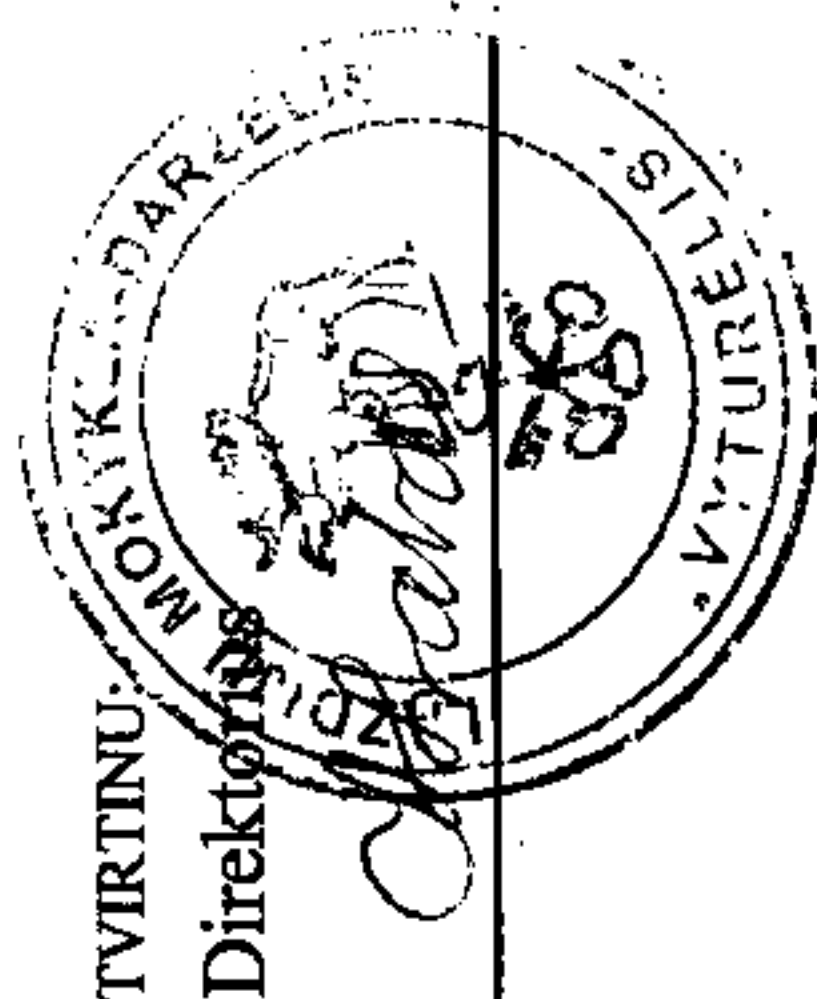
3 trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pusryčiai 8.00 val.						
Omletas su sūriu [90 gr.] [tausojantis]	v.v239	90,00	10,232	11,298	5,940	166,369
Pomidorai [50 gr.]	v.v133	50,00	0,550	0,100	1,900	10,700
Viso grūdo ruginė duona [20 gr.]	v.v101	20,00	1,480	0,320	8,560	43,040
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
iš viso:			12,262	11,718	16,401	220,110
Pietūs 11.00 val.						
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis [v.v181]	v.v181	100,00	1,873	1,299	12,874	70,679
Natūralus jogurtas [2,5 proc.] [5 gr.]	v.v022	5,00	0,135	0,125	0,765	4,725
Netikras "žuikis [tausojantis] [96 gr.]	v.v605	96,00	13,711	7,441	7,849	153,209
Bulvių košė [tausojantis] [80 gr.]	/ 2	78,00	1,582	1,860	13,108	75,500
Troškintos daržovės [šaldytų daržovių a	v.v368	50,00	2,265	4,082	5,885	69,338
Vanduo [100 gr.]	v.v506	100,00				
iš viso:			19,566	14,807	40,481	373,451
Vakarienė 15.00 val.						
Pieniška pilno grūdo makaronų sriuba [aaq42	aaq42	150,00	5,975	7,750	18,950	169,450
Batonas su tepamu sūriu [sumuštinis] [v.v387	v.v387	30,00	2,820	3,750	7,815	76,290
iš viso:			8,795	11,500	26,765	245,740

Specialistė
Ina Vyturėlienė

Iš viso (dienos davini)	919,00	40,623	38,0.	83,647	839,301
--------------------------	--------	--------	-------	--------	---------


 specialistė
 J. Valiukevičienė



TVIRTINU:
Direktorius

Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"
(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS
Amžiaus grupė: 1-3 m.

3 ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.		Kcal
			Baltymai	Riebalai	
Pusryčiai 8.00 val.					
5-ių grūdų dribsnių košė su pienu [tausoja]	v.v550	110,00	4,921	4,265	27,209
Sumuštinis su batonu ir varškės sūriu[40 g.]	v.v378	40,00	4,524	5,720	9,428
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000
iš viso:		300,00	9,445	9,985	36,637
Pietūs 11.00 val.					
Burokėlių sriuba [augalinis] [tausoja]	v.v546	130,00	0,714	1,052	5,360
Grietinė [5 gr.]	v.v547	5,00	0,130	1,500	0,135
Kiaulienos guliašas [tausojantis] [110 g.]	v.v363	110,00	13,649	7,204	6,520
Bulvių košė [tausojantis] [80 gr.]	/ 2	78,00	1,582	1,860	13,108
Troškintos daržovės [šaldytų daržovių a] [tausoja]	v.v368	50,00	2,265	4,082	5,885
Vanduo [100 gr.]	v.v506	100,00			
Sezoniniai vaisiai,uogos [100 gr.]	v.v092	100,00			
iš viso:		573,00	18,340	15,698	31,008
Vakarienė 15.00 val.					
Varškės apkepas su razinomis [tausoja]	v.v189	110,00	13,648	10,169	13,250
Jogurtinis padažas su uogomis [25 gr.]	v.v372	25,00	0,432	0,336	6,422
Kepti obuoliai [150 gr.]	r66	150,00	0,657	0,046	17,604
					73,452

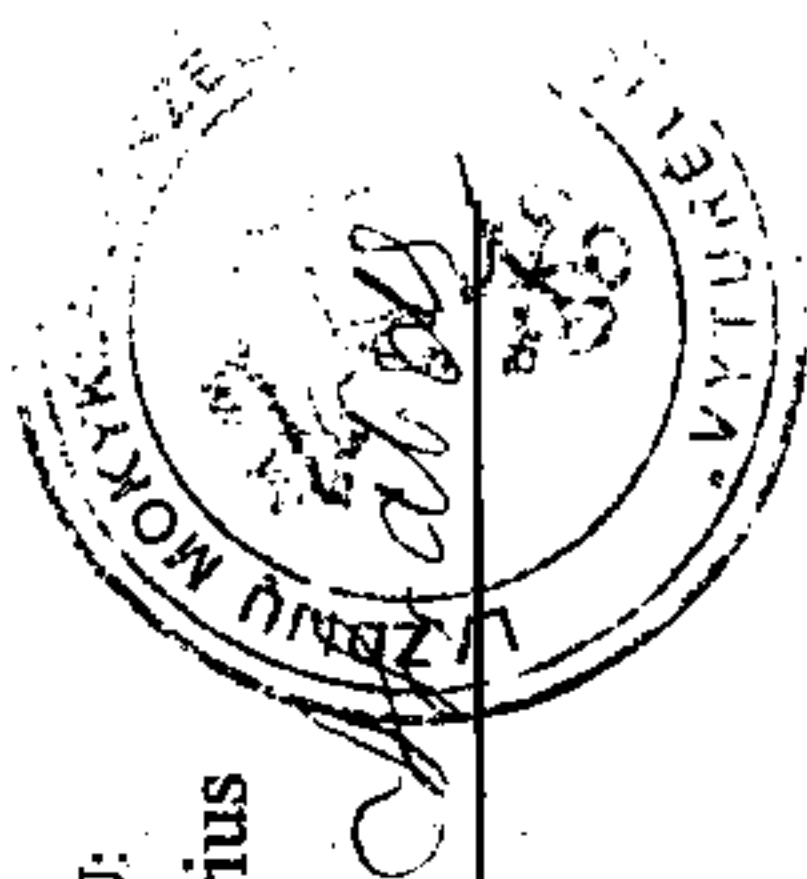
Specialistė
Ina Valiukevičienė

Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	) v006	150,00		)	0,000	0,001
	iš viso:	435,00	14,737	10,551	37,276	303,006
Iš viso (dienos davinio)		1 308,00	42,522	36,234	104,921	915,870

Specialistė
Ina Valiukevičienė



TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 1-3 m.

3 penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pusryčiai 8.00 val.						
Virtas kiaušinis	v.v322	61,00	6,300	5,850	1,600	84,250
Viso grūdo ruginė duona su sviestu 20/4	v.v165	25,00	1,515	4,420	8,600	80,240
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
	iš viso:	236,00	7,815	10,270	10,200	164,491
Pietūs 11.00 val.						
Lėšių sriuba su bulvėmis ir morkomis [	v.v602	120,00	5,527	4,279	15,332	121,947
Atlantinė lašiša kepta [konvekciniu rež	v.v492	80,00	13,415	9,688	3,045	153,032
Daržovių padažas [morkos ,porai ,krap	v.v517	20,00	0,345	0,838	1,337	14,267
Biri ryžių kruopų košė su ciberžole [au	v.v514	60,00	2,338	1,093	18,980	95,111
Burokėlių salotos su aliejum [augalinis]	v.v248	80,00	1,342	3,093	8,008	65,237
Vanduo [100 gr.]	v.v506	100,00				
	iš viso:	460,00	22,967	18,991	46,702	449,594
Vakarienė 15.00 val.						
Grikių kruopų košė su pienu ir sviestu [	v.v209	135,00	7,946	4,765	39,359	232,105
Pienas [2,5proc.] [120gr.]	v.v112	120,00	3,360	3,000	5,640	63,000
	iš viso:	255,00	11,306	7,765	44,999	295,105
Iš viso (dienos davinio)		951,00	42,088	37,026	101,902	909,190

Specialistė
Valuokevičienė

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

Lazdijų mokykla-darželis „Vyturėlis“

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

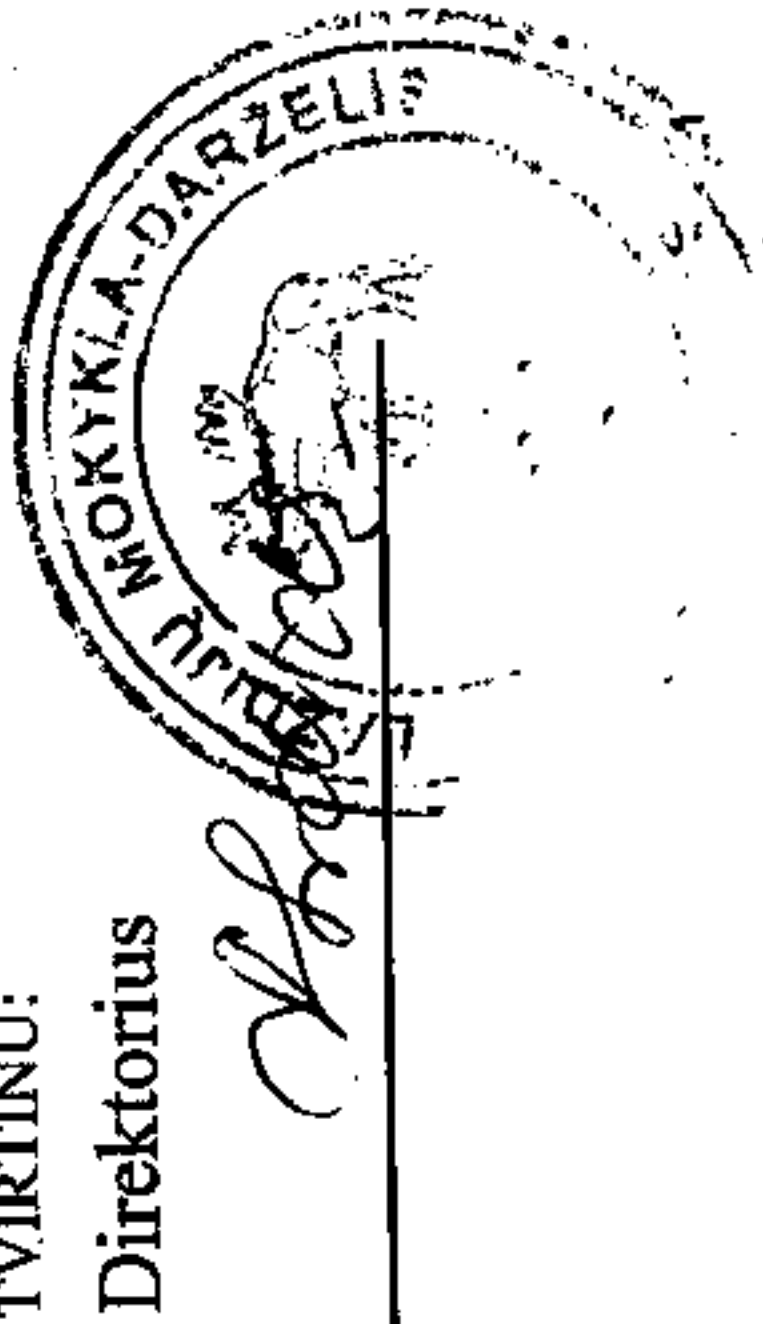
15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-6 m.

(nurodyti amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7.00 iki 17.30 val.

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 4-6 m.

1 pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pusryčiai 8.00 val.						
Varškė su grietine ir vaisiais [tausojanti	kk7	150,00	18,402	12,060	9,139	218,704
Batonas su sviestu [30 gr.]	v.v376	30,00	1,828	3,780	12,282	90,460
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
Sezoniniai vaisiai, uogos [200 gr.]	v.v539	200,00				
iš viso:		530,00	20,230	15,840	21,421	309,165
Pietūs 11.00 val.						
Rūgštynių sriuba su bulvėmis [augalini	v.v592	100,00	0,876	4,159	6,858	68,367
Virtas kiaušinis [10 gr.]	v.v594	10,00	1,230	1,170	0,070	15,730
Grietinė [5 gr.]	v.v547	5,00	0,130	1,500	0,135	14,560
Troškinta kalakutiena [tausojantis pat.]	r81	105,00	16,841	6,720	3,933	143,576
Biri ryžių kruopų košė [tausojantis pat /4		95,00	3,318	3,665	26,807	153,485
Gūžinių kopūstų salotos su porais, obu	v.v250	120,00	1,421	3,155	8,290	67,239
Vanduo su citrina	v.v328	100,00	0,050		0,285	1,340
Sezoniniai vaisiai, uogos [175gr.]	v.v538	175,00				
iš viso:		710,00	23,866	20,369	46,378	464,297
Vakarienė 15.00 val.						
Skryliukai su sviesto-grietinės padažu [	v.v152	115,00	11,881	12,090	40,096	316,718

Specialistė

Ina Valiukevičiūtė

Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	)v006	150,00			0,000	0,001
Sezoniniai vaisiai, uogos [150gr.]	v.v161	150,00				
	iš viso:	415,00	11,881	12,090	40,096	316,719
Iš viso (dienos davinio)		1 655,00	55,977	48,299	107,896	1 090,181

Specialistė
Ina Valiukevičienė



TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"
(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS
Amžiaus grupė: 4-6 m.

1 antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pusryčiai 8.00 val.						
Tiršta manų košė su sėlenėlėmis ir sviestu	v.v019	200,00	8,533	6,637	32,030	221,985
Linių sėmenys [malti] [3gr.]	v.v337	3,00	0,660	1,110	0,231	13,554
Sumuštinis su batonu ir varškės sūriu [5vnt.]	a1a1	50,00	5,835	7,200	13,010	140,180
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
iš viso:			15,028	14,947	45,271	375,720
Pietūs 11.00 val.						
Perlinių kruopų sriuba [augalinis] [taiv.]	v.v070	150,00	2,199	5,217	18,586	130,085
Viso grūdo ruginė duona [30 gr.]	v.v131	30,00	2,220	0,480	12,840	64,560
" Karališki balandėliai "su padažu [taiv.]	v.v336	120,00	14,879	11,073	7,424	188,869
Bulvių košė [tausojantis] 100 gr.]	A6	100,00	2,076	3,760	15,424	103,840
Rauginti agurkai [100 gr]	v.v238	100,00	0,800	0,200	2,300	14,200
Vanduo su citrina	v.v328	100,00	0,050		0,285	1,340
iš viso:			22,224	20,730	56,859	502,894
Pavakariai 15.00 val.						
Bulvių plokštainis [200 gr.]	489047	200,00	6,478	4,312	25,618	167,192
Grietinės padažas [10gr.]	r58	10,00	0,260	3,000	0,270	29,120
Kefyras [150gr.]	v.v151	150,00	4,800	3,750	6,000	76,950

Specialistė
Jura Valiukaitienė

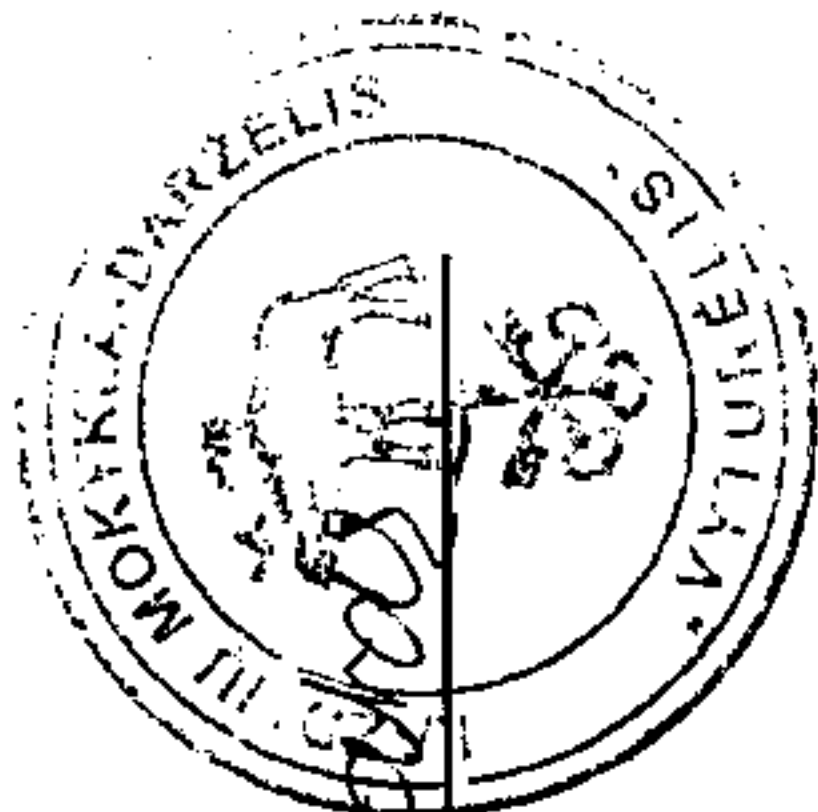
Sezoniniai vaisiai, uogos [150gr.]	λv161	150,00			)		
	iš viso:	510,00	11,538	11,062	31,888	273,262	
Iš viso (dienos davinio)		1 513,00	48,790	46,739	134,018	1 151,876	

Specialistė

Ina Valukevičienė



TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"
(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 4-6 m.

1 trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pusryčiai 8.00 val.						
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su obuoliu	v.v028	200,00	5,098	5,485	25,598	172,149
Batonas su sviestu ir fermentiniu sūriu	v.v249	45,00	5,248	8,720	10,192	140,240
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
iš viso:			10,346	14,205	35,790	312,390
Pietūs 11.00 val.						
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir kiaušiniu	v.v057	150,00	2,524	1,156	9,740	59,454
Maltas kiaušienos /paukšties šnicelis	v.v401	115,00	16,318	8,251	7,317	168,799
Raugintų kopūstų salotos [augalinis aliejus]	v.v582	100,00	1,138	4,452	7,692	75,388
Keptos bulvės [konvekciniu režimu , aliejus]	v.v002	130,00	2,601	2,206	22,925	121,958
Vanduo su citrina	v.v328	100,00	0,050		0,285	1,340
Sezoniniai vaisiai,uogos [200 gr.]	v.v539	200,00				
iš viso:			22,631	16,065	47,959	426,939
Vakarienė 15.00 val.						
Omletas su sūriu [100 gr.] [tausojančias]	r73	100,00	11,454	13,570	5,732	190,874
Viso grūdo ruginė duona su sviestu 40/60	v.v147	45,00	2,995	4,740	17,160	123,280
Arbata su medumi ir citrina	v.v373	110,00	0,065		4,373	17,752
Sezoniniai vaisiai,uogos [100 gr.]	v.v092	100,00				

Specialistė
Ina Vaidikevičiūtė

	) iš viso:	355,00	14,514	18,31	27,265	331,906
Iš viso (dienos davinio)		1 545,00	47,491	48,580	111,014	1 071,235

Specialistė

Ina Valiukevičienė



TVIRTINU:

Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 4-6 m.

virtadienis.

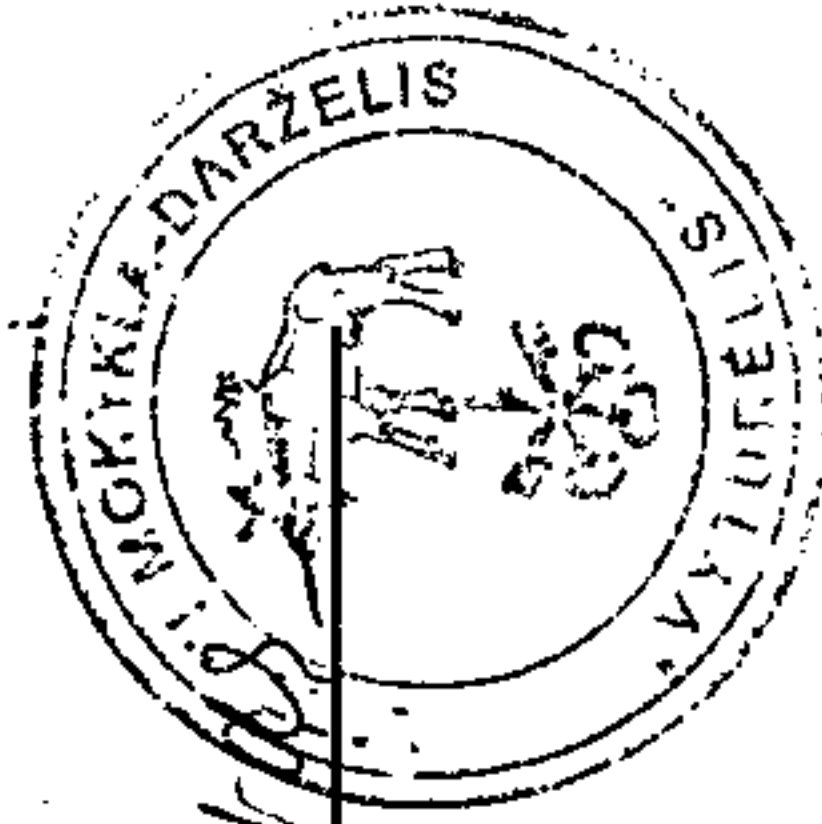
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Iš viso: 8.00 val.						
1. Kruopų košė su sviestu [tausoja]	v.v207	135,00	9,486	5,275	46,659	272,055
2. Sviestas [30 gr.]	v.v376	30,00	1,835	4,600	12,290	97,900
3. Žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
Iš viso:		315,00	11,321	9,875	58,949	369,956
Iš viso: 11.00 val.						
4. Sviestas su bulvėmis ir morkomis [kkk4]		150,00	2,227	1,342	15,627	83,494
5. Vištienos kukulėčiai [tausoja]	v.v505	130,00	16,580	8,298	4,174	157,698
6. Augalinis, tausojantis perlinis [tausoja]	v.v534	100,00	2,876	0,308	19,788	93,425
7. Salierai, obuolių salotos su alyvuogėmis [tausoja]	v.v596	115,00	0,713	8,130	7,235	104,960
8. Eko / nkp [100 gr.]	v.v098	100,00			11,000	44,000
Iš viso:		595,00	22,395	18,078	57,824	483,577
Iš viso: 15.00 val.						
9. Varškėčiai su sviesto - grietinės padais [kkk4]	r80	135,50	17,874	13,165	36,093	334,353
10. Žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
11. Vaisiai, uogos [200 gr.]	v.v539	200,00				
Iš viso:		485,50	17,874	13,165	36,093	334,354
Iš viso (dienos davinio)		1 395,50	51,590	41,118	152,866	1 187,887

Specialistė

Inga Vaitiekaitė

TVIRTINU:

Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 4-6 m.

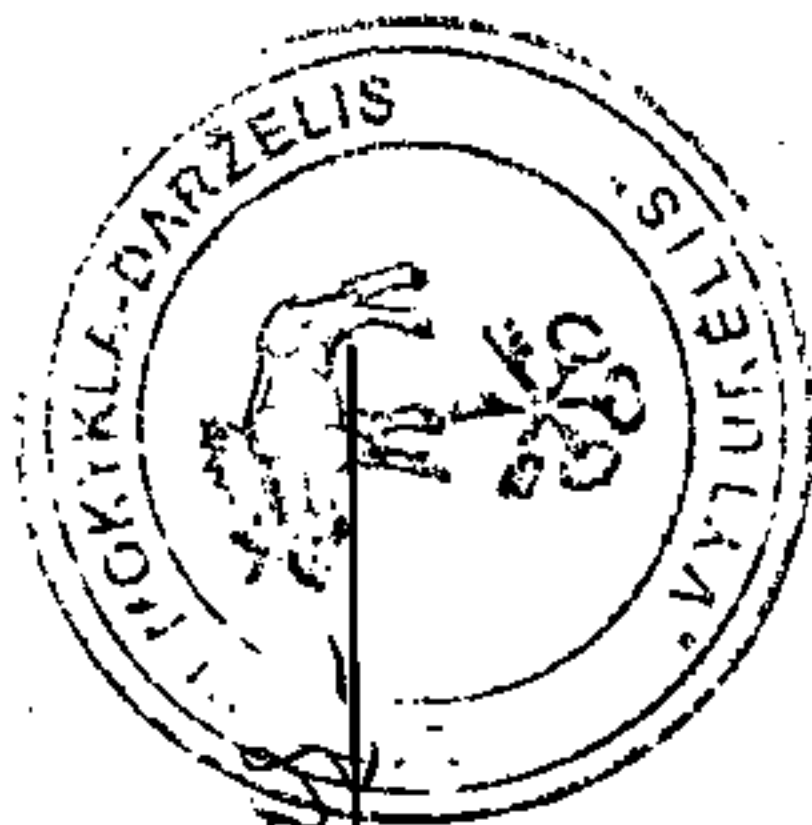
1 penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.		Kcal
			Baltymai	Riebalai	
Pusryčiai 8.00 val.					
Miežinių kruopų košė su sviestu [tauso v.v002		200,00	5,634	4,664	36,998
Grūdėta varškė	v.v004	80,00	12,080	7,200	1,600
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000
iš viso:		430,00	17,714	11,864	38,599
Pietūs 11.00 val.					
Daržovių sriuba su paukštienos frikadėmis v.v537		110,00	3,746	3,495	6,105
Atlantinės laišos filė su padažu [100 g 00211		100,00	17,693	16,128	4,007
Virtos bulvės [augalinis] [tauso] [v.v117		100,00	1,980	0,099	18,117
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir v.v464		100,00	2,163	3,255	8,273
Vanduo [150 gr.]	v.v017	150,00			
iš viso:		560,00	25,582	22,977	36,502
Vakarienė 15.00 val.					
Viso grūdo makaronai su daržovių padažu v.v224		160,00	7,613	8,799	35,266
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000
Sezoniniai vaisiai, uogos [150gr.]	v.v161	150,00			
iš viso:		460,00	7,613	8,799	35,266
Iš viso (dienos davinio)		1 450,00	50,909	43,640	110,367
					1 037,862

Specialistė
Ina Valiukaitienė

TVIRTINU:

Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(istaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

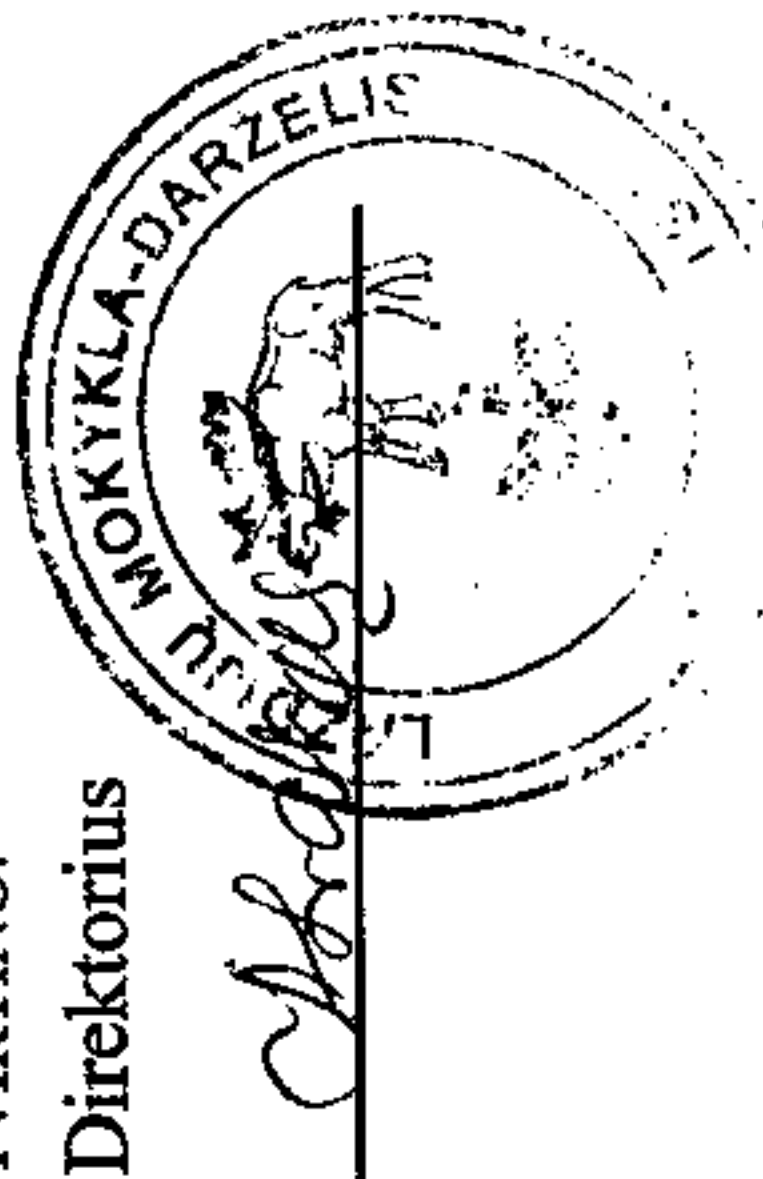
Amžiaus grupė: 4-6 m.

2 pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pusryčiai 8.00 val.						
Kukurūzų dribsniai su pienu [230 gr.]	v.v540	230,00	8,420	6,410	31,690	218,130
Kepti orkaitėje sumuštiniai su varške ir	v.v043	55,00	4,817	2,138	14,110	94,946
Nesaldinta žolelių arbata [100 gr.]	v.v520	100,00			0,000	0,001
iš viso:		385,00	13,237	8,548	45,800	313,077
Pietūs 11.00 val.						
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis	lkkk4	150,00	2,227	1,342	15,627	83,494
Plovas su vištienos kulšelių mėsa [taus	369845	150,00	19,957	12,669	35,620	336,326
Rauginti agurkai [100 gr]	v.v238	100,00	0,800	0,200	2,300	14,200
Sultys eko / nkp [100 gr]	v.v098	100,00			11,000	44,000
iš viso:		500,00	22,984	14,211	64,547	478,020
Vakarienė 15.00 val.						
Virti varškėčiai su sviesto -grietinės pagr	80	135,50	17,667	12,341	34,148	318,329
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
Sezoniniai vaisiai,uogos [150gr.]	v.v161	150,00				
iš viso:		435,50	17,667	12,341	34,148	318,330
Iš viso (dienos davinio)		1 320,50	53,887	35,099	144,496	1 109,427

Specialistė
Ira Valiukeviciene

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(istaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 4-6 m.

2 antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.		Kcal
			Baltymai	Riebalai	
Pusryčiai 8.00 val.					
Manų košė su šviežiomis uogomis [150 gr.]	111	150,00	7,495	6,940	39,760
Batonas su tepamu sūriu [sumuštinis] [v.v386]		40,00	3,760	5,000	10,420
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.] [v.v006]		150,00			0,000
iš viso:		340,00	11,255	11,940	50,180
Pietūs 11.00 val.					
Burokėlių sriuba [augalinis] [tausoja] [v.v546]		130,00	0,857	5,055	6,648
Grietinė [7.50 gr.] [v.v600]		7,50	0,195	2,250	0,203
Jautienos kumpio troškiny su kopūstais [v.v003]		150,00	12,980	7,047	7,493
Keptos bulvės [konvekciniu režimu , aušinamos] [v.v002]		130,00	2,601	2,206	22,925
Vanduo [100 gr.] [v.v506]		100,00			
Sezoniniai vaisiai,uogos [200 gr.] [v.v539]		200,00			
iš viso:		717,50	16,633	16,558	37,269
Vakarienė 15.00 val.					
Sklindžiai su obuoliais [200 gr.] [v.v598]		200,00	11,050	7,736	62,168
Jogurtinis padažas su uogomis [30 gr.] [v.v371]		30,00	0,525	0,415	7,945
Pienas [2,5proc.] [150gr.] [v.v113]		150,00	4,200	3,750	7,050
iš viso:		380,00	15,775	11,901	77,163
					478,865

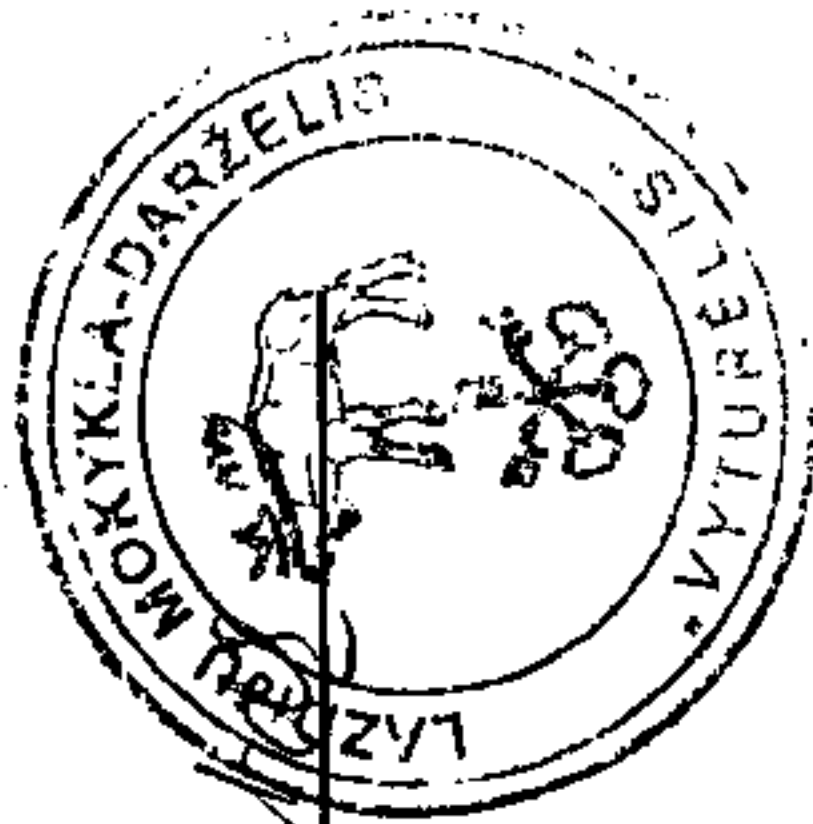
Specialistė
Ina Vukauskienė

Iš viso (dienos davinio)	}	1 437,50	43,663	40,39€	}	164,612	1 196,694
--------------------------	---	----------	--------	--------	---	---------	-----------

Specialistė
Ina Valukevičienė



TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"
(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 4-6 m.

2 trečiadienis

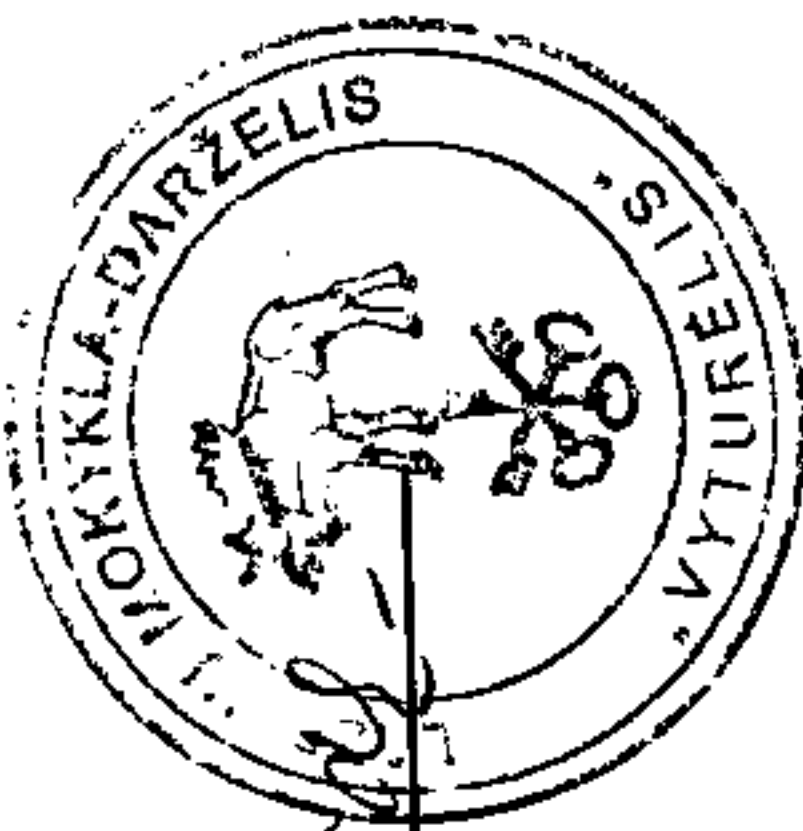
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pusryčiai 8.00 val.						
Virtas kiaušinis	v.v322	61,00	6,300	5,850	1,600	84,250
Viso grūdo ruginė duona su sviestu 40/4	v.v147	45,00	2,995	4,740	17,160	123,280
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
iš viso:		256,00	9,295	10,590	18,760	207,531
Pietūs 11.00 val.						
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir	v.v057	150,00	2,524	1,156	9,740	59,454
Natūralus jogurtas [10 gr.]	v.v099	10,00	0,270	0,250	1,530	9,450
Cepelinai {virtų bulvių} su sviesto-grietin	r21	200,00	11,014	12,606	35,425	299,210
Vanduo su citrina	v.v328	100,00	0,050		0,285	1,340
Sūrio lazdelės PIK-NIK/eko	v.v413	20,00	5,340	4,160	0,070	59,080
iš viso:		480,00	19,198	18,172	47,050	428,534
Vakarienė 15.00 val.						
Varškės apkepas su razinomis [tausoj	v.v086	140,00	16,370	11,362	23,783	262,867
Sviesto- grietinės padažas [10 gr.]	v.v450	10,00	0,165	5,600	0,175	51,760
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
Sezoniniai vaisiai,uogos [150gr.]	v.v161	150,00				
iš viso:		450,00	16,535	16,962	23,958	314,628

Specialistė
Ina Valukavičienė

Iš viso (dienos davini)	1 186,00	45,028	45,7%	89,768	950,692
-------------------------	----------	--------	-------	--------	---------

Specialistė
Ina Valiukevičiūtė





TVIRTINU:
Direktorius

[Signature]

Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 4-6 m.

2 ketvirtadienis

2 ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pusryčiai 8.00 val.						
Viso grūdo makaronai su aliejumi [auga	v.v063	200,00	7,605	5,312	42,365	247,688
Kietasis sūris [45 proc.] [15 gr.]	v.v137	15,00	3,150	4,200	0,300	51,600
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
Sezoniniai vaisiai, uogos [200 gr.]	v.v539	200,00				
iš viso:		565,00	10,755	9,512	42,665	299,289
Pietūs 11.00 val.						
Raugintų kopūstų sriuba [100 gr.] [taus	v.v580	100,00	0,804	1,153	6,421	39,269
Grietinė [5 gr.]	v.v547	5,00	0,130	1,500	0,135	14,560
Paukštiesenos guliašas [tauso jantis] [12	v.v414	130,00	16,555	8,724	6,727	171,644
Virtos bulvės [augalinis] [tauso jantis] [	v.v117	100,00	1,980	0,099	18,117	81,279
Morkų salotos su saulėgrąžomis ir džio	v.v486	100,00	1,695	6,810	23,319	161,344
Vanduo su citrina	v.v328	100,00	0,050		0,285	1,340
Sezoniniai vaisiai, uogos [100 gr.]	v.v092	100,00				
iš viso:		635,00	21,214	18,286	55,003	469,436
Vakarienė 15.00 val.						
Pieniška perlinių kruopų sriuba [tausoja	0025	150,00	5,375	7,445	21,513	174,557
Batonas su sviestu [35 gr.]	v.v241	35,00	2,065	6,300	13,776	120,064

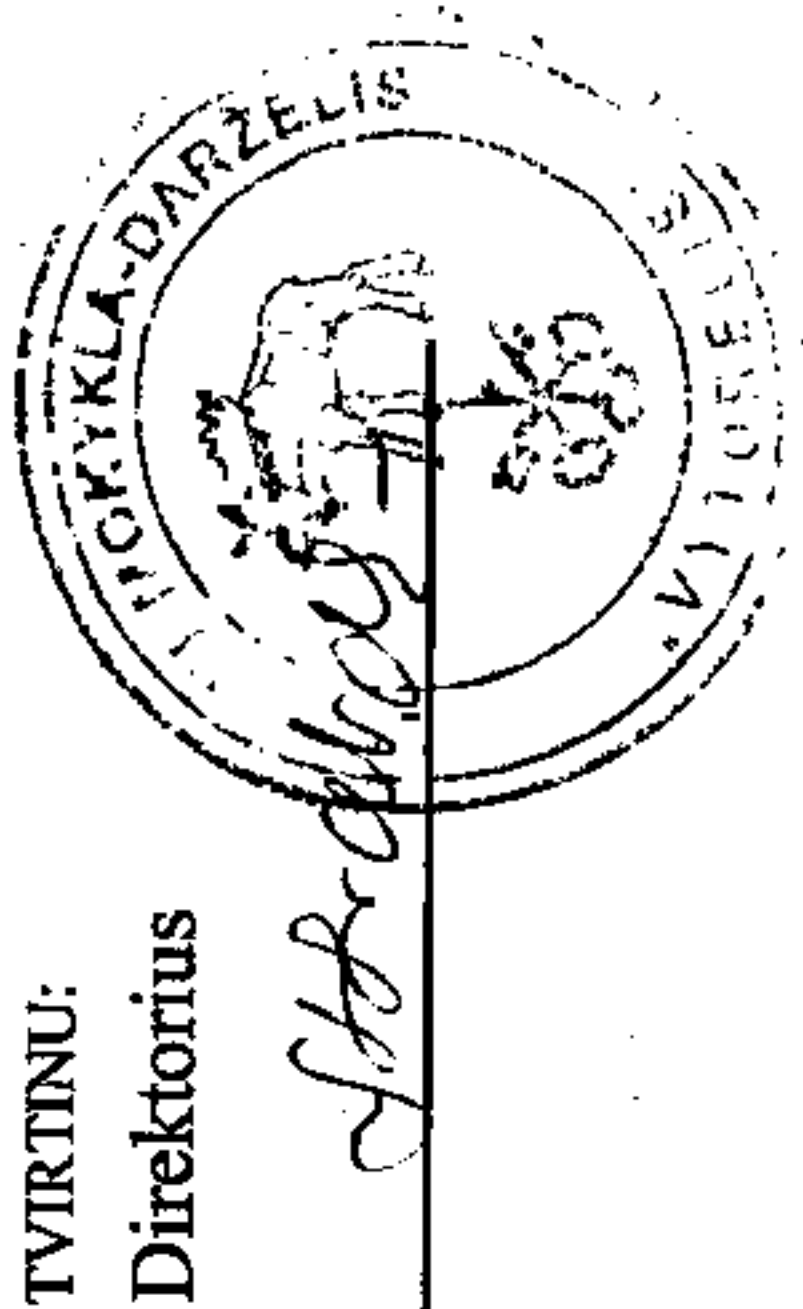
Specialistė
Ina Valiukevičienė

Sezoniniai vaisiai, uogos [100 gr.]	Av. v092	100,00				
	iš viso:	285,00	7,440	13,745	35,289	294,621
Iš viso (dienos davinio)		1 485,00	39,409	41,543	132,957	1 063,346

Specialistė
Ina Valiukevičienė



TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(istaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 4-6 m.

2 penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.		Kcal
			Baltymai	Riebalai	
Pusryčiai 8.00 val.					
Kuskusas perlinis su sviestu [tausojant]	v.v542	200,00	5,127	4,240	35,036
Pienas [2,5proc.] [175gr.]	v.v114	175,00	4,900	4,375	8,225
iš viso:		375,00	10,027	8,615	43,261
Pietūs 11.00 val.					
Miežinių kruopų sriuba su paukštie	v.v608	100,00	3,884	3,912	12,766
Kepta žuvis [115 gr.]	r36	115,00	16,910	5,575	5,912
Sviesto- grietinės padažas [10 gr.]	v.v306	10,00	0,165	5,600	0,175
Biri ryžių kruopų košė su ciberžole [au	v.v459	75,00	2,821	3,331	22,951
Burokėlių salotos su aliejum [augalinis]	r34	100,00	1,513	4,105	9,071
Vanduo su citrina	v.v328	100,00	0,050		0,285
Sezoniniai vaisiai,uogos [100 gr.]	v.v092	100,00			
iš viso:		600,00	25,342	22,523	51,159
Vakarienė 15.00 val.					
Keptos bulvės [konvekciniu režimu , au	v.v601	213,00	4,340	5,350	38,250
Kefyras [150gr.]	v.v151	150,00	4,800	3,750	6,000
iš viso:		363,00	9,140	9,100	44,250
Iš viso (dienos davinio)		1 338,00	44,509	40,238	138,670
					1 094,852

Specialistė
Ina Viliukevičienė

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARĄŠTIS

Amžiaus grupė: 4-6 m.

3 pirmadienis

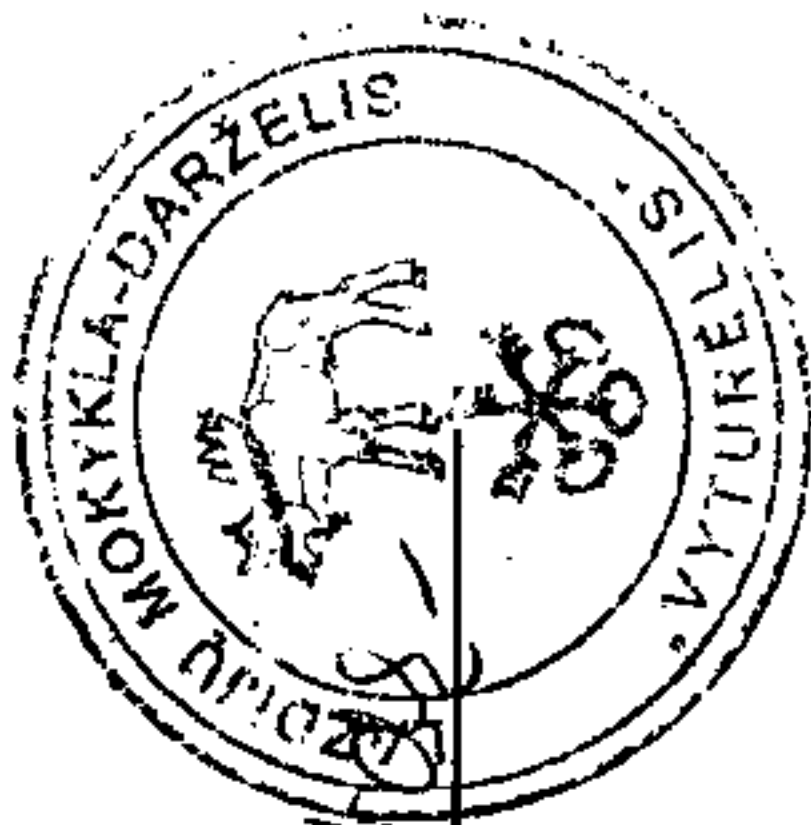
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pusryčiai 8.00 val.						
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su aliu	v.v069	150,00	5,415	5,195	23,075	160,715
Batonas su sviestu ir fermentiniu sūriu	v.v429	40,00	5,031	7,620	10,164	129,360
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
iš viso:		340,00	10,446	12,815	33,239	290,076
Pietūs 11.00 val.						
Raugintų kopūstų sriuba [100 gr.] [tauso]	v.v580	100,00	0,804	1,153	6,421	39,269
Grietinė [5 gr.]	v.v547	5,00	0,130	1,500	0,135	14,560
Maltas paukštienos šnicelis [115 gr.]	v.v451	115,00	15,998	9,169	7,397	176,101
Sviesto- grietinės padažas [12 gr.]	v.v425	12,00	0,198	6,720	0,210	62,112
Morkų ,saliero , obuolių salotos su alyv	v.v596	115,00	0,713	8,130	7,235	104,960
Kuskusas perlinis [augalinis ,tausojanti	v.v534	100,00	2,876	0,308	19,788	93,425
Vanduo [150 gr.]	v.v017	150,00				
Sezoniniai vaisiai,uogos [200 gr.]	v.v539	200,00				
iš viso:		797,00	20,718	26,980	41,185	490,426
Vakarienė 15.00 val.						
Virti varškėčiai su sviesto -grietinės pad	r80	135,50	17,667	12,341	34,148	318,329
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001

Specialistė
Ina Valiukevičienė

Sezoniniai vaisiai, uogos [100 gr.]	N.v092	100,00				
	iš viso:	385,50	17,667	12,341	34,148	318,330
Iš viso (dienos davinio)		1 522,50	48,831	52,136	108,573	1 098,833

Specialistė
Ina Valiukevičienė

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

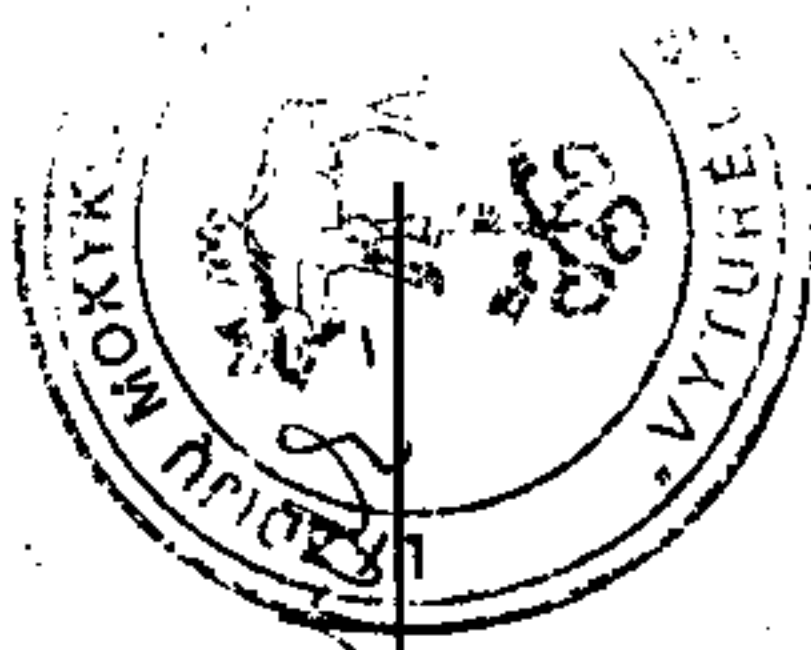
Amžiaus grupė: 4-6 m.

3 antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pusryčiai 8.00 val.						
Kukurūzų kruopų košė su sviestu [taus/9		160,00	7,275	6,570	51,090	292,590
Trinta varškė su vaisiais [55gr.]	v.v172	55,00	5,380	3,010	2,270	57,690
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
iš viso:		365,00	12,655	9,580	53,360	350,281
Pietūs 11.00 val.						
Šviežių kopūstų sriuba [augalinis] [tau	v.v076	121,00	1,665	5,200	10,970	97,340
Natūralus jogurtas [2,5 proc.] [5 gr.]	v.v022	5,00	0,135	0,125	0,765	4,725
Perlinių kruopų troškiny su vištienos fi	v.v416	140,00	20,719	4,678	19,873	204,470
Rauginti agurkai [100 gr]	v.v238	100,00	0,800	0,200	2,300	14,200
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
Sūrio lazdelės PIK-NIK/eko	v.v413	20,00	5,340	4,160	0,070	59,080
iš viso:		536,00	28,659	14,363	33,978	379,816
Vakarienė 15.00 val.						
Švilpikai [šiuškės] [220gr.]	kkk6	220,00	9,025	7,585	56,615	330,825
Pienas [2,5proc.] [150gr.]	v.v113	150,00	4,200	3,750	7,050	78,750
iš viso:		370,00	13,225	11,335	63,665	409,575
Iš viso (dienos davinio)		1 271,00	54,539	35,278	151,004	1 139,672

Specialistė
Ina Valiukevičienė

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 4-6 m.

3 trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.		Kcal
			Baltymai	Riebalai	
Pusryčiai 8.00 val.					
Omletas su sūriu [100 gr.] [tausojantis]	r73	100,00	11,509	13,693	193,405
Pomidorai [75gr.]	v.v135	75,00	0,825	0,150	16,050
Viso grūdo ruginė duona [40 gr.]	v.v132	40,00	2,960	0,640	86,080
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00		0,000	0,001
iš viso:		365,00	15,294	14,483	295,536
Pietūs 11.00 val.					
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis [v.v181]	v.v181	100,00	1,873	1,299	70,679
Natūralus jogurtas [2,5 proc.] [5 gr.]	v.v022	5,00	0,135	0,125	4,725
Netikras "zuikis [tausojantis] [120 gr. v.v604	v.v604	120,00	17,540	8,008	178,200
Sviesto- grietinės padažas [12 gr.]	v.v425	12,00	0,198	6,720	62,112
Bulvių košė [tausojantis] 100 gr.]	A6	100,00	2,069	2,940	96,400
Raugintų kopūstų salotos [augalinis] [1582	v.v582	100,00	1,138	4,452	75,388
Vanduo su citrina	v.v328	100,00	0,050	0,285	1,340
Sezoniniai vaisiai,uogos [150gr.]	v.v161	150,00			
iš viso:		687,00	23,003	23,544	488,844
Vakarienė 15.00 val.					
Pieniška pilno grūdo makaronų sriuba [1aaa42	aaa42	150,00	5,975	7,750	169,450

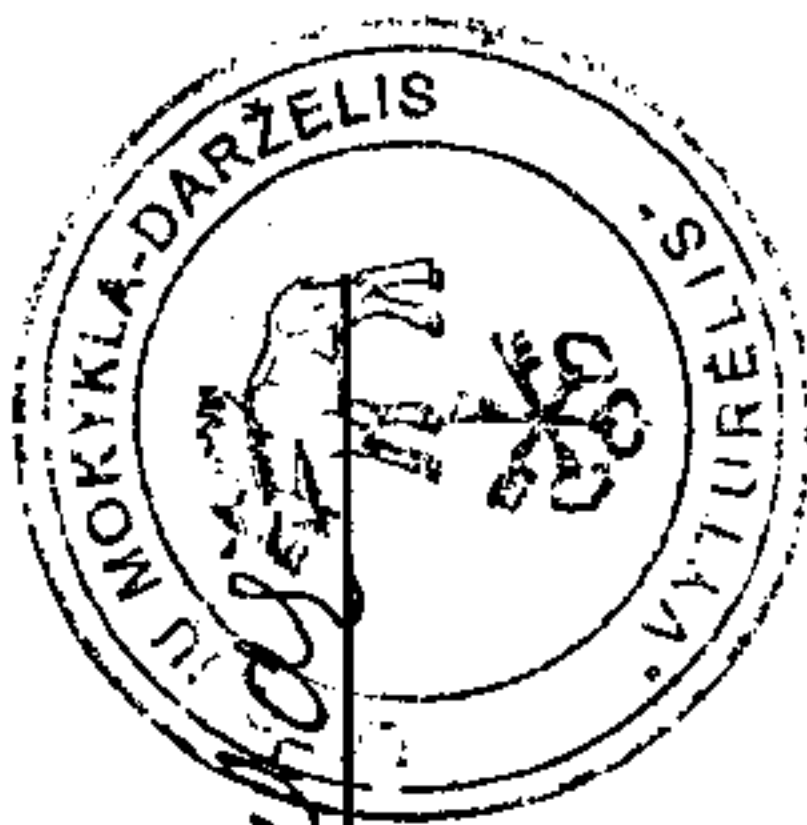
Specialistė
Inga Valiukevičienė

Batonas su tepamu sūriu [sumuštinis]	J.v386	40,00	3,760	5,00	10,420	101,720
	iš viso:	190,00	9,735	12,750	29,370	271,170
Iš viso (dienos davinio)		1 242,00	48,032	50,777	101,608	1 055,550

Specialistė
Ina Valiukevičienė



TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"
(istaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 4-6 m.

3 ketvirtadienis

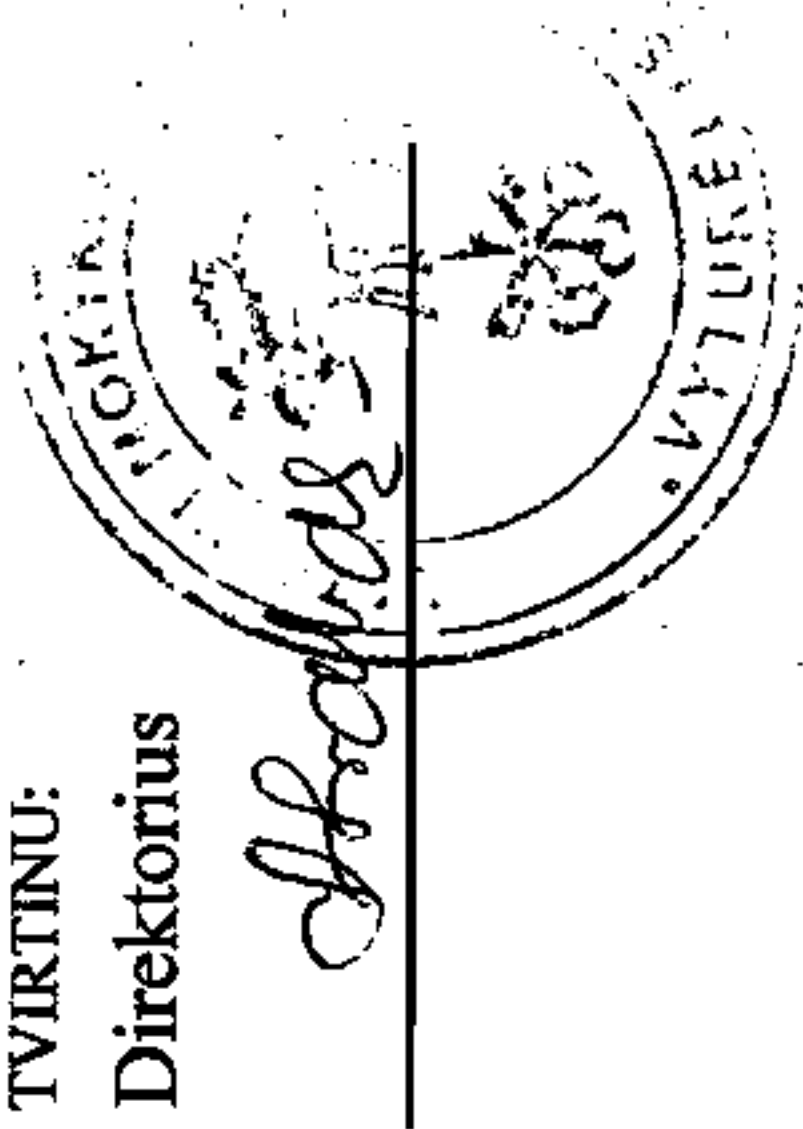
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.		Kcal
			Baltymai	Riebalai	
Pusryčiai 8.00 val.					
5-ių grūdų dribsnių košė su pienu [tausoja v.v549]		200,20	8,615	7,355	46,945
Sumuštinis su batonu ir varškės sūriu [5a1a1]		50,00	5,835	7,200	13,010
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000
iš viso:		400,20	14,450	14,555	59,955
Pietūs 11.00 val.					
Burokėlių sriuba [augalinis] [tausoja v.v546]		130,00	0,714	1,052	5,360
Grietinė [5 gr.]	v.v547	5,00	0,130	1,500	0,135
Kiaulienos guliašas [tausojantis] [110 v.v463]		110,00	15,449	7,904	6,520
Bulvių košė [tausojantis] 100 gr.]	A6	100,00	2,076	3,760	15,424
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su alie v.v196		100,00	1,339	2,698	6,475
Vanduo su citrina	v.v328	100,00	0,050		0,285
Sezoniniai vaisiai,uogos [150gr.]	v.v161	150,00			
iš viso:		695,00	19,758	16,914	34,198
Vakarienė 15.00 val.					
Varškės apkepas su razinomis [tausoja v.v086]		140,00	16,027	11,162	18,542
Jogurtinis padažas su uogomis [30 gr.]	v.v371	30,00	0,525	0,415	7,945
Kepti obuoliai [150 gr.]	r66	150,00	0,657	0,046	17,604
					238,731
					37,615
					73,452

Specialistė
Inga Valiukevičienė

Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	)v006	150,00				0,000	0,001
	iš viso:	470,00	17,209	11,622		44,090	349,798
Iš viso (dienos davinio)		1 565,20	51,417	43,091		138,244	1 146,458

Specialistė
Ina Valiukevičienė

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

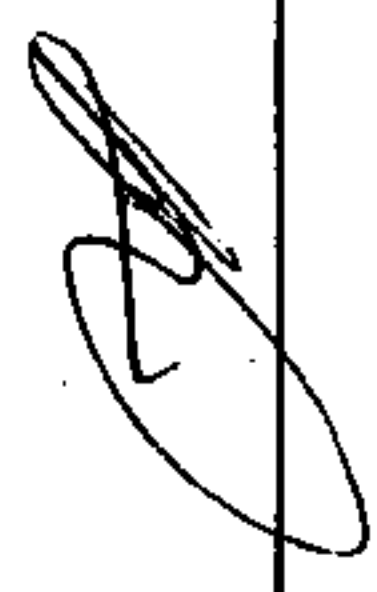
Amžiaus grupė: 4-6 m.

3 penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pusryčiai 8.00 val.						
Virtas kiaušinis	v.v322	61,00	6,300	5,850	1,600	84,250
Viso grūdo ruginė duona su sviestu 40/5	v.v147	45,00	2,995	4,740	17,160	123,280
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
iš viso:		256,00	9,295	10,590	18,760	207,531
Pietūs 11.00 val.						
Lęšių sriuba su bulvėmis ir morkomis [	v.v602	120,00	5,527	4,279	15,332	121,947
Atlantinė lašiša kepta [konvekciniu rež	v.v516	100,00	17,430	12,288	3,170	192,992
Daržovių padažas [morkos ,porai ,krap	v.v494	32,00	0,514	1,458	1,989	23,134
Biri ryžių kruopų košė su ciberžole [au	v.v459	75,00	2,842	2,791	22,975	128,379
Burokėlių salotos su aliejum [augalinis]	v.v248	80,00	1,342	2,095	8,008	56,255
Vanduo su citrina	v.v328	100,00	0,050		0,285	1,340
iš viso:		507,00	27,705	22,911	51,759	524,047
Vakarienė 15.00 val.						
Grikių kruopų košė su pienu ir sviestu [	v.v083	200,00	10,893	6,480	53,732	316,820
Pienas [2,5proc.] [150gr.]	v.v113	150,00	4,200	3,750	7,050	78,750
Sezoniniai vaisiai,uogos [150gr.]	v.v161	150,00				
iš viso:		500,00	15,093	10,230	60,782	395,570

Specialistė
Ina Valiukevičienė

	Iš viso (dienos davinių)	1 263,00	52,093	43,73	131,301	1 127,148
--	---------------------------	----------	--------	-------	---------	-----------


Specialistė
Ina Valiukevičienė

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

Lazdijų mokykla-darželis „Vyturėlis“

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

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

7-10 m.

(nurodyti amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7.00 iki 17.30 val.

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 7-10 m.

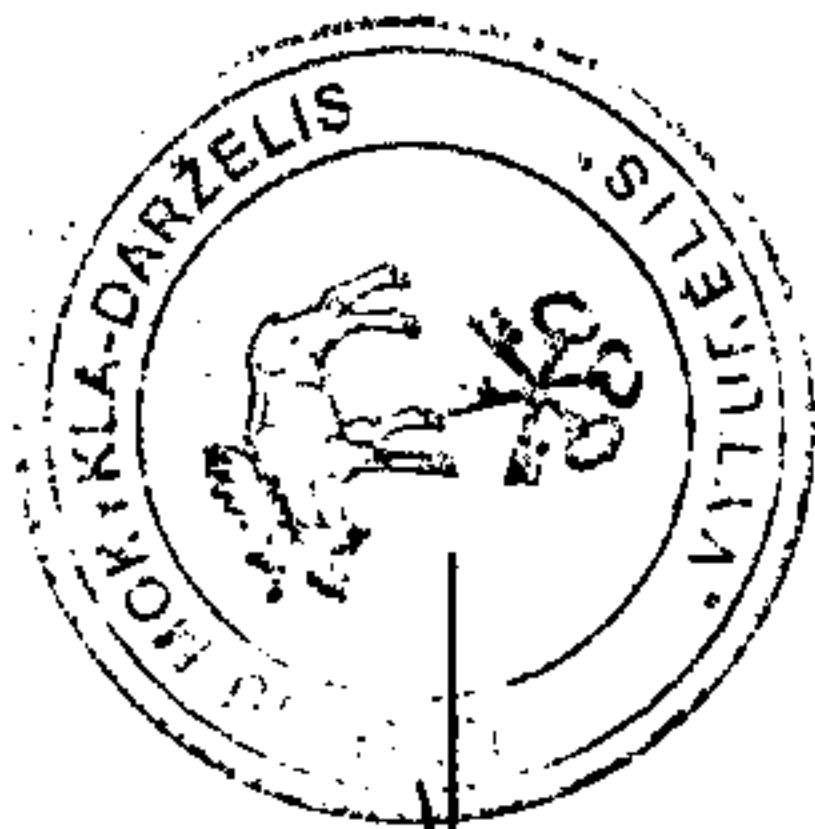
1 pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pietūs 11.00 val.						
Rūgštynių sriuba su bulvėmis [augalinis v.v592		100,00	0,876	4,159	6,858	68,367
Virtas kiaušinis [10 gr.] v.v594		10,00	1,230	1,170	0,070	15,730
Grietinė [5 gr.] v.v547		5,00	0,130	1,500	0,135	14,560
Troškinta kalakutiena [tausojantis pat.] r81		105,00	16,841	6,720	3,933	143,576
Biri ryžių kruopų košė [tausojantis pat/4		95,00	3,318	3,665	26,807	153,485
Gūžinių kopūstų salotos su porais, obuoliu v.v250		120,00	1,421	3,155	8,290	67,239
Morkų salotos su česnakais [100 gr.] r71		100,00	1,265	4,682	7,912	78,845
Vanduo su citrina v.v328		100,00	0,050		0,285	1,340
Sezoniniai vaisiai,uogos [200 gr.] v.v539		200,00				
iš viso:		835,00	25,131	25,051	54,290	543,142
Vakarienė 15.00 val.						
Skryliukai su sviesto-grietinės padažu [v.v152		115,00	11,914	13,210	40,131	327,070
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.] v.v006		150,00			0,000	0,001
iš viso:		265,00	11,914	13,210	40,131	327,071
Iš viso (dienos davinio)		1 100,00	37,045	38,261	94,421	870,213

Specialistė

Ina Valatkytė

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 7-10m.

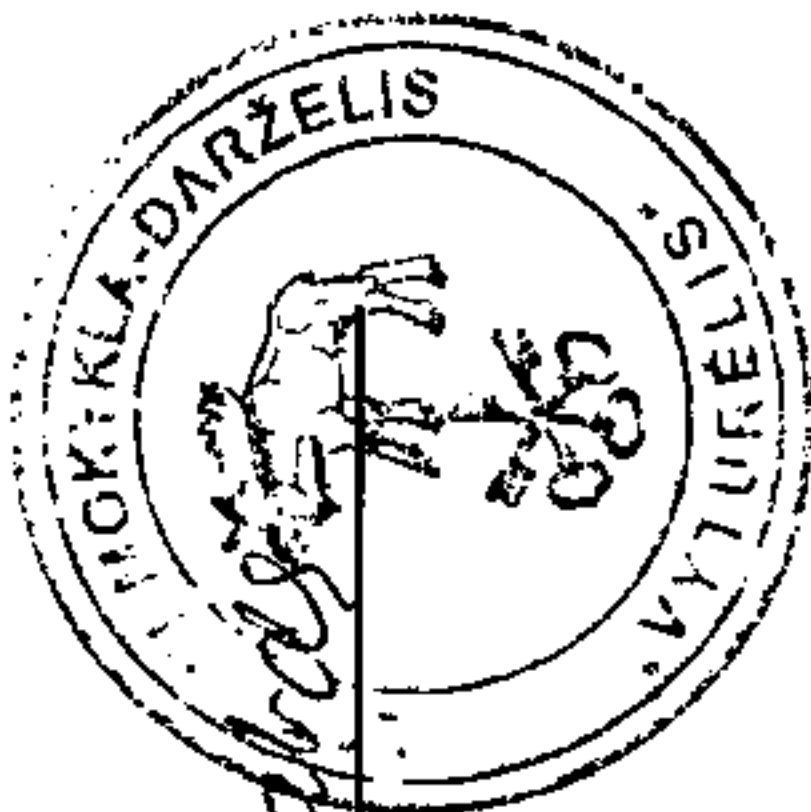
1 antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pietūs 11.00 val.						
Perlinių kruopų sriuba [augalinis] [ta	v.v070	150,00	2,199	5,217	18,586	130,085
Viso grūdo ruginė duona [30 gr.]	v.v131	30,00	2,220	0,480	12,840	64,560
" Karališki balandėliai "su padažu [taus	v.v336	120,00	14,879	11,073	7,424	188,869
Bulvių košė [tausojantis] 100 gr.]	A6	100,00	2,076	3,760	15,424	103,840
Rauginti agurkai [100 gr]	v.v238	100,00	0,800	0,200	2,300	14,200
Vanduo su citrina	v.v328	100,00	0,050		0,285	1,340
	iš viso:	600,00	22,224	20,730	56,859	502,894
Vakarienė 15.00 val.						
Bulvių plokštainis [200 gr.]	489047	200,00	6,478	4,312	25,618	167,192
Grietinės padažas [10gr.]	r58	10,00	0,260	3,000	0,270	29,120
Kefyras [150gr.]	v.v151	150,00	4,800	3,750	6,000	76,950
Sezoniniai vaisiai,uogos [100 gr.]	v.v092	100,00				
	iš viso:	460,00	11,538	11,062	31,888	273,262
Iš viso (dienos davinio)		1 060,00	33,762	31,792	88,747	776,156

Specialistė

Ina Valiukevičienė

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

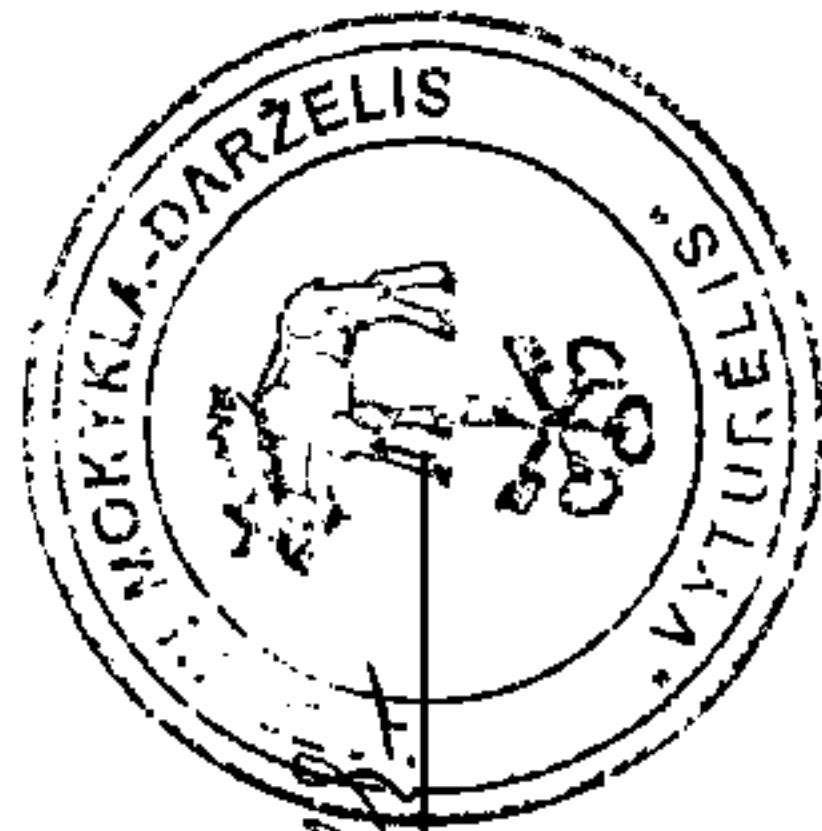
Amžiaus grupė: 7-10 m.

1 trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pietūs 11.00 val.						
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir v. v057		150,00	2,524	1,156	9,740	59,454
Maltas kiaulienos /paukštiesienos šnicelis v. v401		115,00	16,318	8,251	7,317	168,799
Raugintų kopūstų salotos [augalinis] [1 v. v582		100,00	1,138	4,452	7,692	75,388
Keptos garais šakninės daržovės su saul. v. v039		115,00	2,950	5,091	8,686	92,363
Keptos bulvės [konvekciniu režimu , auš. v. v002		130,00	2,601	2,206	22,925	121,958
Vanduo su citrina v. v328		100,00	0,050		0,285	1,340
Sezoniniai vaisiai, uogos [130 gr.] v. v205		130,00				
iš viso:		840,00	25,581	21,156	56,645	519,302
Vakarienė 15.00 val.						
Omletas su sūriu [100 gr.] [tausojančias] r73		100,00	11,509	13,693	6,033	193,405
Viso grūdo ruginė duona su sviestu 40/4 v. v147		45,00	2,995	4,740	17,160	123,280
Arbata su medumi ir citrina v. v373		110,00	0,065		4,373	17,752
Sezoniniai vaisiai, uogos [200 gr.] v. v539		200,00				
iš viso:		455,00	14,569	18,433	27,566	334,437
Iš viso (dienos davinio)		1 295,00	40,150	39,588	84,211	853,738

Specialistė
Ina Viliukevičienė

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

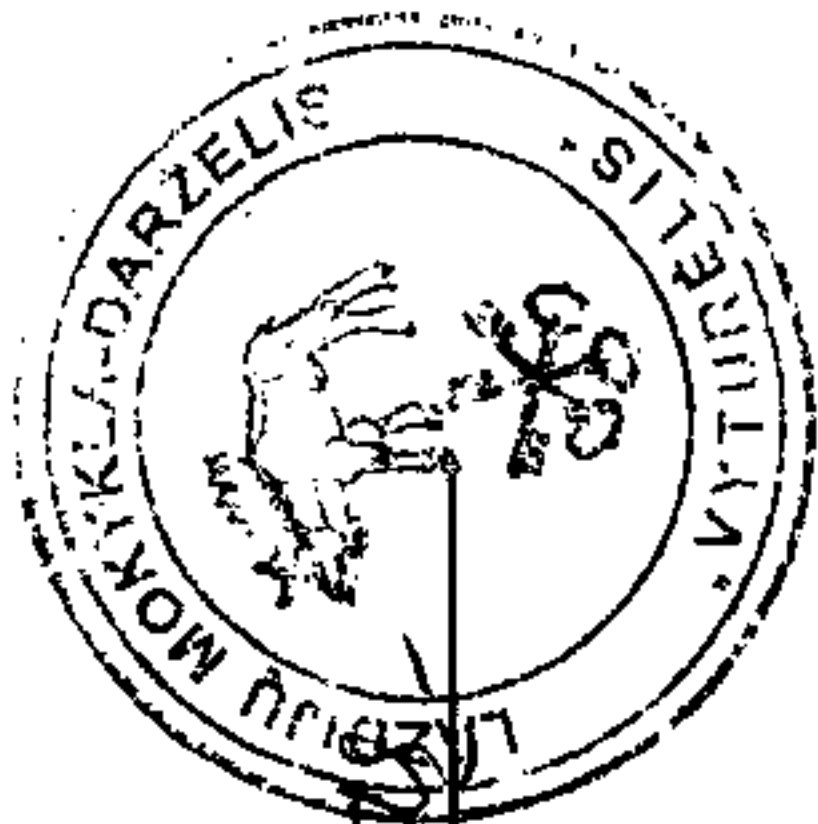
Amžiaus grupė: 7-10 m.

1 ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pietūs 11.00 val.						
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis [kkk4		150,00	2,227	1,342	15,627	83,494
Troškinti vištienos kukulaičia [tausoja v.v590		140,00	18,300	8,978	4,194	170,778
Kuskusas perlinis [augalinis ,tausojanti v.v534		100,00	2,876	0,308	19,788	93,425
Morkų ,saliero , obuolių salotos su alyv v.v596		115,00	0,713	8,130	7,235	104,960
Žiedinių kopūstų šiltos salotos [tausoja v.v603		100,00	3,841	3,653	11,109	92,677
Sultys eko / nkp [150 gr..]	v.v124	150,00			16,500	66,000
	iš viso:	755,00	27,956	22,411	74,453	611,334
Vakarienė 15.00 val.						
Virti varškėčiai su sviesto -grietinės pad r80		135,50	17,874	13,165	36,093	334,353
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
Sezoniniai vaisiai,uogos [200 gr.]	v.v539	200,00				
	iš viso:	485,50	17,874	13,165	36,093	334,354
Iš viso (dienos davinio)		1 240,50	45,830	35,576	110,546	945,688

Specialistė
Ina Valiukevičienė

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(istaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

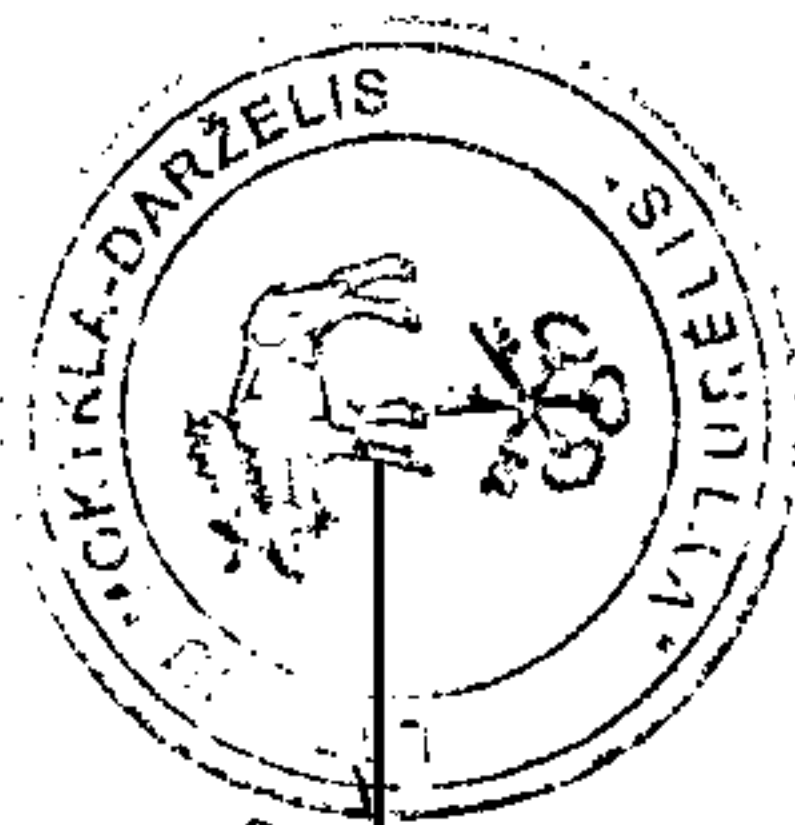
Amžiaus grupė: 7-10 m.

1 penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pietūs 11.00 val.						
Daržovių sriuba su paukštiesienos frikade	v.v537	110,00	3,746	3,495	6,105	70,859
Atlantinės lašišos filė su padažu [100 g	00211	100,00	17,693	16,128	4,007	231,952
Virtos bulvės [augalinis] [tausojantis] [	v.v117	100,00	1,980	0,099	18,117	81,279
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir	v.v464	100,00	2,163	3,255	8,273	71,039
Vanduo [150 gr.]	v.v017	150,00				
iš viso:			25,582	22,977	36,502	455,129
Vakarienė 15.00 val.						
Viso grūdo makaronai su daržovių pada	v.v224	160,00	7,613	8,799	35,266	250,707
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
Sezoniniai vaisiai,uogos [175gr.]	v.v538	175,00				
iš viso:			7,613	8,799	35,266	250,708
Iš viso (dienos davinio)			33,195	31,776	71,768	705,837

Spaudė
ina Vainauskienė

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 7-10 m.

2 pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pietūs 11.00 val.						
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis [kkk4		150,00	2,227	1,342	15,627	83,494
Plovas su vištienos kulšelių mėsa [taus	369845	150,00	19,957	12,669	35,620	336,326
Pomidorai [100 gr.]	v.v149	100,00	1,100	0,200	3,800	21,400
Rauginti agurkai [100 gr]	v.v238	100,00	0,800	0,200	2,300	14,200
Sultys eko / nkp [100 gr]	v.v098	100,00			11,000	44,000
Sezoniniai vaisiai,uogos [100 gr.]	v.v092	100,00				
iš viso:		700,00	24,084	14,411	68,347	499,420
Vakarienė 15.00 val.						
Virti varškėčiai su sviesto -grietinės pad	r80	135,50	17,667	12,341	34,148	318,329
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
Sezoniniai vaisiai,uogos [100 gr.]	v.v092	100,00				
iš viso:		385,50	17,667	12,341	34,148	318,330
Iš viso (dienos davinio)		1 085,50	41,751	26,752	102,496	817,750

Specialistė
Ina Valukevičienė

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"
(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

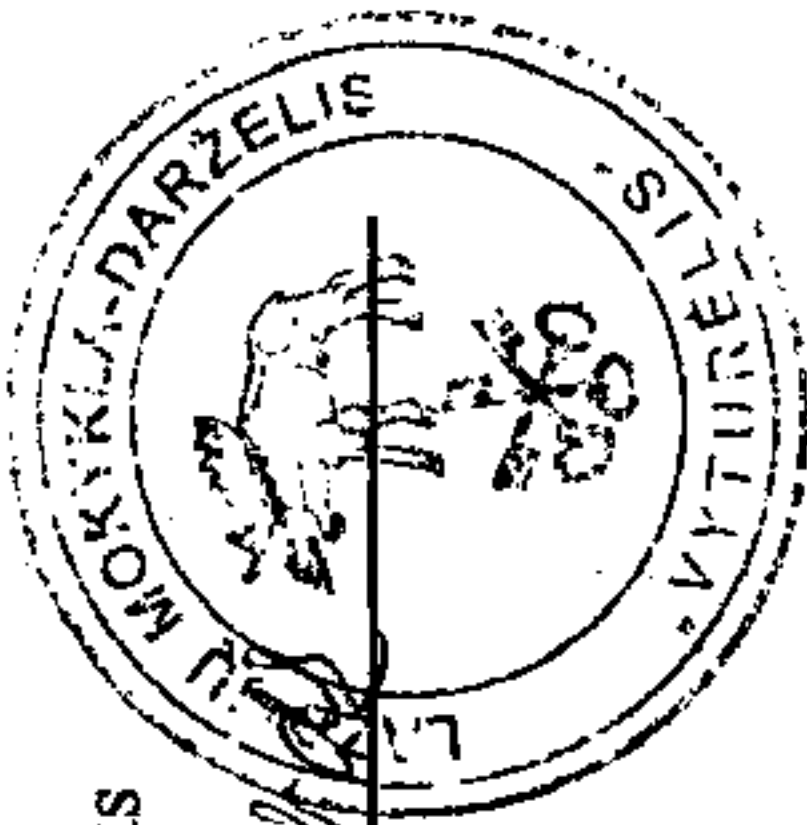
Amžiaus grupė: 7-10 m.

2 antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pietūs 11.00 val.						
Burokėlių sriuba [augalinis] [tausojai	v.v546	130,00	0,857	5,055	6,648	75,515
Grietinė [7.50 gr.]	v.v600	7,50	0,195	2,250	0,203	21,840
Jautienos kumpio troškiny su kopūstai	03	150,00	13,115	7,082	8,058	148,430
Keptos bulvės [konvekciniu režimu , at	002	130,00	2,601	2,206	22,925	121,958
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
Sezoniniai vaisiai,uogos [100 gr.]	v.v092	100,00				
Sūrio lazdelės PIK-NIK/eko	v.v413	20,00	5,340	4,160	0,070	59,080
iš viso:		687,50	22,108	20,753	37,904	426,824
Vakarienė 15.00 val.						
Sklindžiai su obuoliais [200 gr.]	v.v598	200,00	11,050	7,736	62,168	362,500
Jogurtinis padažas su uogomis [30 gr.]	v.v371	30,00	0,525	0,415	7,945	37,615
Pienas [2,5proc.] [150gr.]	v.v113	150,00	4,200	3,750	7,050	78,750
iš viso:		380,00	15,775	11,901	77,163	478,865
Iš viso (dienos davinio)		1 067,50	37,883	32,654	115,067	905,689

Specialistė
Ina Valiukevičiūtė

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 7-10 m.

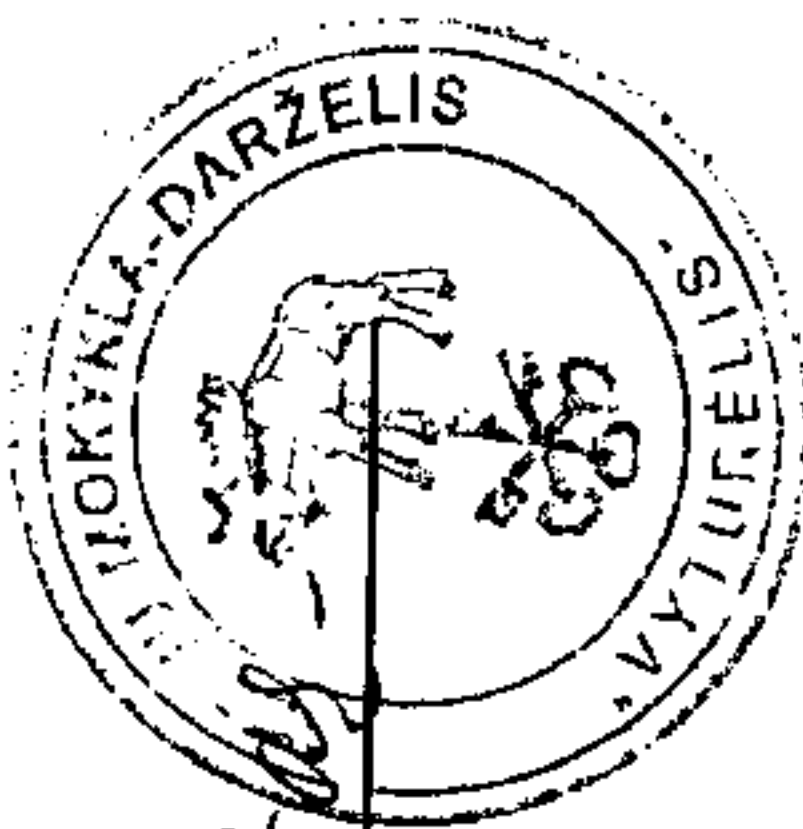
Siūdienuis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.		Kcal
			Baltymai	Riebalai	
Iš 11.00 val.					
Alių sriuba su bulvėmis, morkomis	v.v057	150,00	2,524	1,156	9,740
Alių jogurtas [10 gr.]	v.v099	10,00	0,270	0,250	1,530
Alių { virtų bulvių } su sviesto-grietin	r21	200,00	11,014	12,606	35,425
Alių su citrina	v.v328	100,00	0,050		0,285
Alių lazdelės PIK-NIK/eko	v.v413	20,00	5,340	4,160	0,070
iš viso:		480,00	19,198	18,172	47,050
Iš 15.00 val.					
Kės apkepas su razinomis [tausoja	v.v086	140,00	16,370	11,362	23,783
sto- grietinės padažas [10 gr.]	v.v450	10,00	0,165	5,600	0,175
ldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000
ininiai vaisiai,uogos [150gr.]	v.v161	150,00			
iš viso:		450,00	16,535	16,962	23,958
Iš viso (dienos davinio)		930,00	35,733	35,133	71,007
					314,628
					743,161

Specialistė
Ina Valukienė

TVIRTINU:

Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 7-10 m.

2 ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pietūs 11.00 val.						
Raugintų kopūstų sriuba [100 gr.] [tausoja v.v580]		100,00	0,804	1,153	6,421	39,269
Grietinė [5 gr.]	v.v547	5,00	0,130	1,500	0,135	14,560
Paukštiesenos guliašas [tausojantis] [12 v.v414]		130,00	16,555	8,724	6,727	171,644
Virtos bulvės [augalinis] [tausojantis] [v.v117]		100,00	1,980	0,099	18,117	81,279
Morkų salotos su saulėgrąžomis ir džiov v.v486		100,00	1,695	6,810	23,319	161,344
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su alie v.v196		100,00	1,339	2,698	6,475	55,532
Vanduo su citrina	v.v328	100,00	0,050		0,285	1,340
Sezoniniai vaisiai, uogos [100 gr.]	v.v092	100,00				
iš viso:		735,00	22,553	20,983	61,478	524,967
Vakarienė 15.00 val.						
Pieniška perlinių kruopų sriuba [tausoja 0025]		150,00	5,375	7,445	21,513	174,557
Batonas su sviestu [35 gr.]	v.v241	35,00	2,065	6,300	13,776	120,064
Sezoniniai vaisiai, uogos [100 gr.]	v.v092	100,00				
iš viso:		285,00	7,440	13,745	35,289	294,621
Iš viso (dienos davinio)		1 020,00	29,993	34,728	96,767	819,588

Specialistė
Ina Valukaitienė

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"
(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

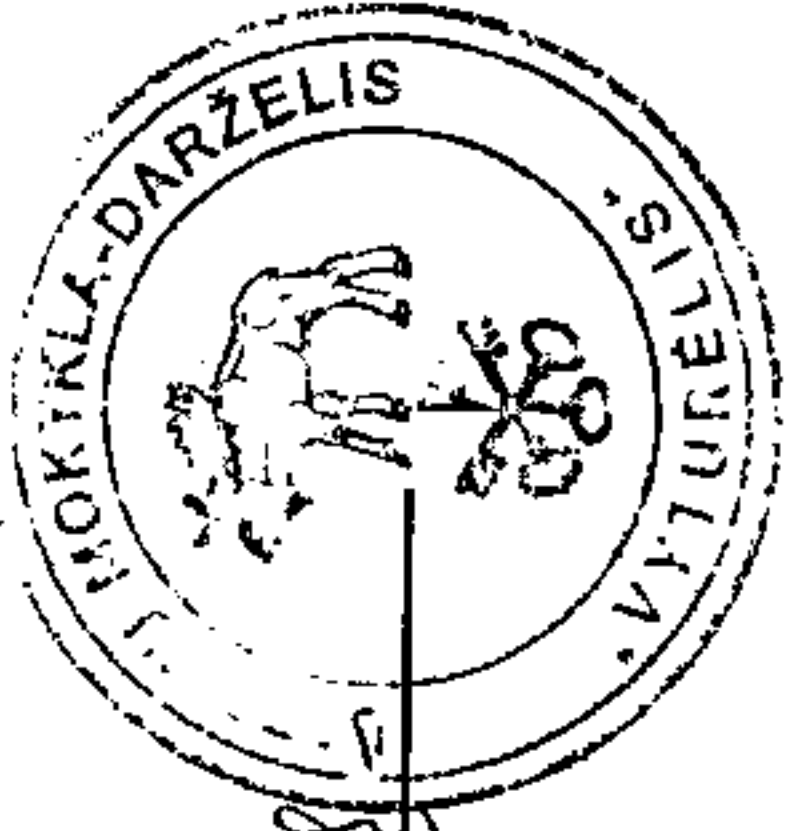
Amžiaus grupė: 7-10 m.

2 penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pietūs 11.00 val.						
Miežinių kruopų sriuba su paukščių	v.v608	100,00	3,884	3,912	12,766	101,804
Kepta žuvis [115 gr.]	r36	115,00	16,910	5,575	5,912	141,463
Sviesto- grietinės padažas [10 gr.]	v.v306	10,00	0,165	5,600	0,175	51,760
Biri ryžių kruopų košė su ciberžole [au	v.v459	75,00	2,821	3,331	22,951	133,059
Burokėlių salotos su aliejum [augalinis]	r34	100,00	1,513	4,105	9,071	79,281
Vanduo su citrina	v.v328	100,00	0,050		0,285	1,340
Sezoniniai vaisiai,uogos [200 gr.]	v.v539	200,00				
iš viso:		700,00	25,342	22,523	51,159	508,707
Vakarienė 15.00 val.						
Keptos bulvės [konvekciniu režimu , au	v.v601	213,00	4,340	5,350	38,250	218,510
Kefyras [150gr.]	v.v151	150,00	4,800	3,750	6,000	76,950
iš viso:		363,00	9,140	9,100	44,250	295,460
Iš viso (dienos davinio)		1 063,00	34,482	31,623	95,409	804,167

Specialistė
Ina Viliukevičienė

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(istaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

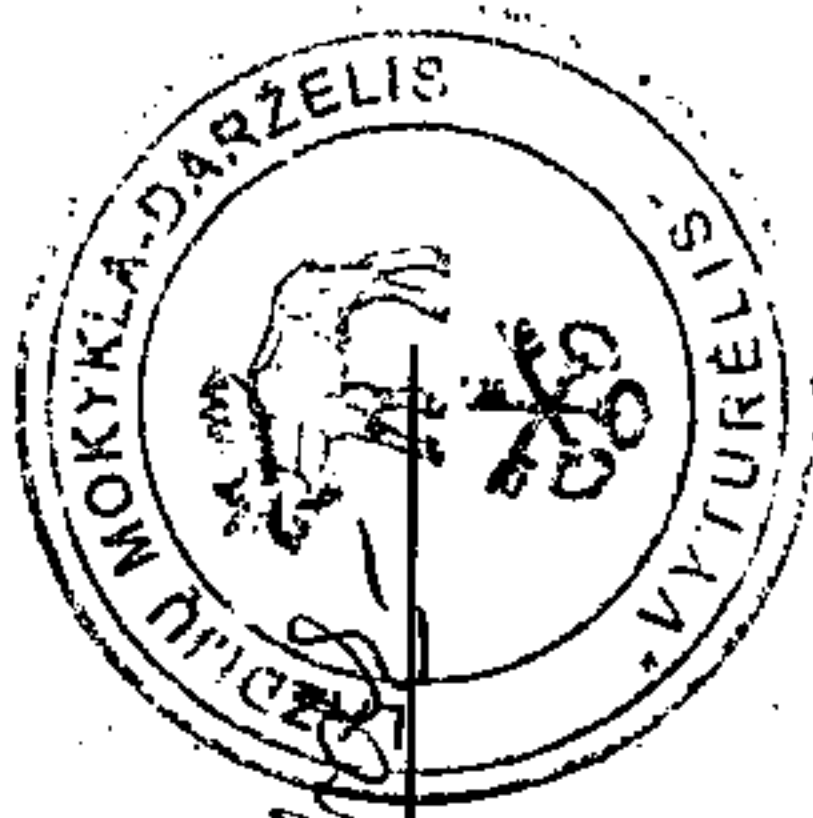
Amžiaus grupė: 7-10 m.

3 pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.		Kcal
			Baltymai	Riebalai	
Pietūs 11.00 val.					
Raugintų kopūstų sriuba [100 gr.] [tauso v.v580]		100,00	0,804	1,153	39,269
Grietinė [5 gr.]	v.v547	5,00	0,130	1,500	14,560
Maltas paukšties šnicelis [115 gr.]	v.v451	115,00	15,998	9,169	176,101
Sviesto- grietinės padažas [12 gr.]	v.v425	12,00	0,198	6,720	62,112
Kuskusas perlinis [augalinis ,tausojanti v.v534]		100,00	2,876	0,308	93,425
Morkų ,saliero , obuolių salotos su alyv v.v596]		115,00	0,713	8,130	104,960
Troškintos daržovės [šaldytų daržovių a v.v369]		70,00	3,265	4,621	88,429
Vanduo [150 gr.]	v.v017	150,00			
Sezoniniai vaisiai,uogos [200 gr.]	v.v539	200,00			
iš viso:			23,983	31,601	578,855
Vakarienė 15.00 val.					
Virti varškėčiai su sviesto -grietinės pad r80		135,50	17,874	13,165	334,353
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00		0,000	0,001
Sezoniniai vaisiai,uogos [200 gr.]	v.v539	200,00			
iš viso:			17,874	13,165	334,354
Iš viso (dienos davinio)			41,857	44,766	913,210

Specialistė
Ina Valiukevičienė

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdių mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

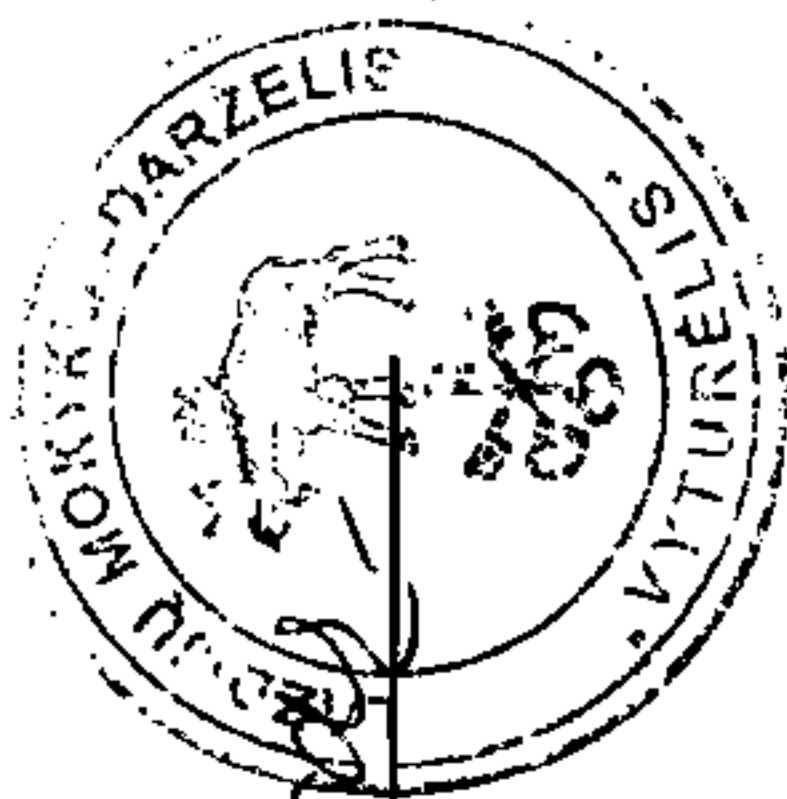
Amžiaus grupė: 7-10 m.

3 antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pietūs 11.00 val.						
Šviežių kopūstų sriuba [augalinis] [tau	v.v076	121,00	1,665	5,200	10,970	97,340
Natūralus jogurtas [2,5 proc.] [5 gr.]	v.v022	5,00	0,135	0,125	0,765	4,725
Viso grūdo ruginė duona [20 gr.]	v.v101	20,00	1,480	0,320	8,560	43,040
Perlinių kruopų troškiny su vištienos fi	v.v416	140,00	20,719	4,678	19,873	204,470
Rauginti agurkai [100 gr]	v.v238	100,00	0,800	0,200	2,300	14,200
Šviežių daržovių asorti [morkos ,agurk	v.v595	100,00	0,900	0,200	5,650	28,000
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
Sūrio lazdelės PIK-NIK/eko	v.v413	20,00	5,340	4,160	0,070	59,080
	iš viso:	656,00	31,039	14,883	48,188	450,856
Vakarienė 15.00 val.						
Švilpikai [šiuškes] [220gr.]	kkk6	220,00	9,025	7,585	56,615	330,825
Pienas [2,5proc.] [150gr.]	v.v113	150,00	4,200	3,750	7,050	78,750
	iš viso:	370,00	13,225	11,335	63,665	409,575
Iš viso (dienos davinio)		1 026,00	44,264	26,218	111,853	860,431

Specialistė
Ina Valiukevičienė

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"

(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS

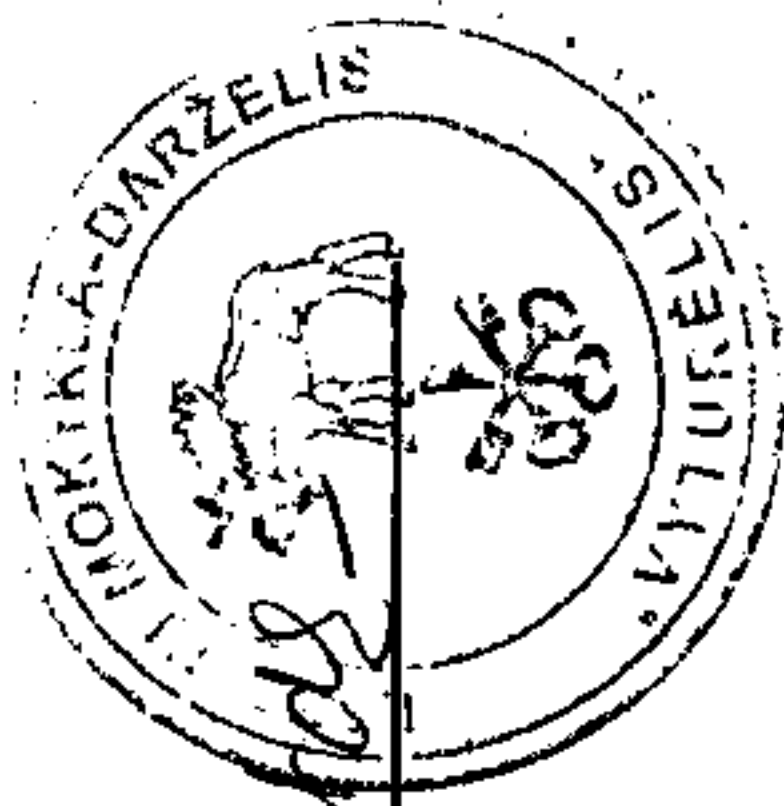
Amžiaus grupė: 7-10 m.

3 trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pietūs 11.00 val.						
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis	v.v181	100,00	1,873	1,299	12,874	70,679
Natūralus jogurtas [2,5 proc.] [5 gr.]	v.v022	5,00	0,135	0,125	0,765	4,725
Netikras "zuikis [tausojantis] [120 gr.	v.v604	120,00	17,540	8,008	8,992	178,200
Bulvių košė [tausojantis] 100 gr.]	A6	100,00	2,073	3,350	15,420	100,120
Raugintų kopūstų salotos [augalinis] [1582		100,00	1,138	3,454	7,692	66,406
Keptos garais šakninės daržovės su saul	v.v211	80,00	2,380	4,545	6,404	76,041
Vanduo su citrina	v.v328	100,00	0,050		0,285	1,340
Sezoniniai vaisiai,uogos [150gr.]	v.v161	150,00				
	iš viso:	755,00	25,189	20,781	52,432	497,511
Vakarienė 15.00 val.						
Pica [kepta konvekciniu režimu] [200	k2255	200,00	24,139	15,314	34,913	374,034
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000	0,001
	iš viso:	350,00	24,139	15,314	34,913	374,035
Iš viso (dienos davinio)		1 105,00	49,328	36,095	87,345	871,546

Specialistė
Ina Valiukevičienė

TVIRTINU:
Direktorius



Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"
(įstaigos pavadinimas)

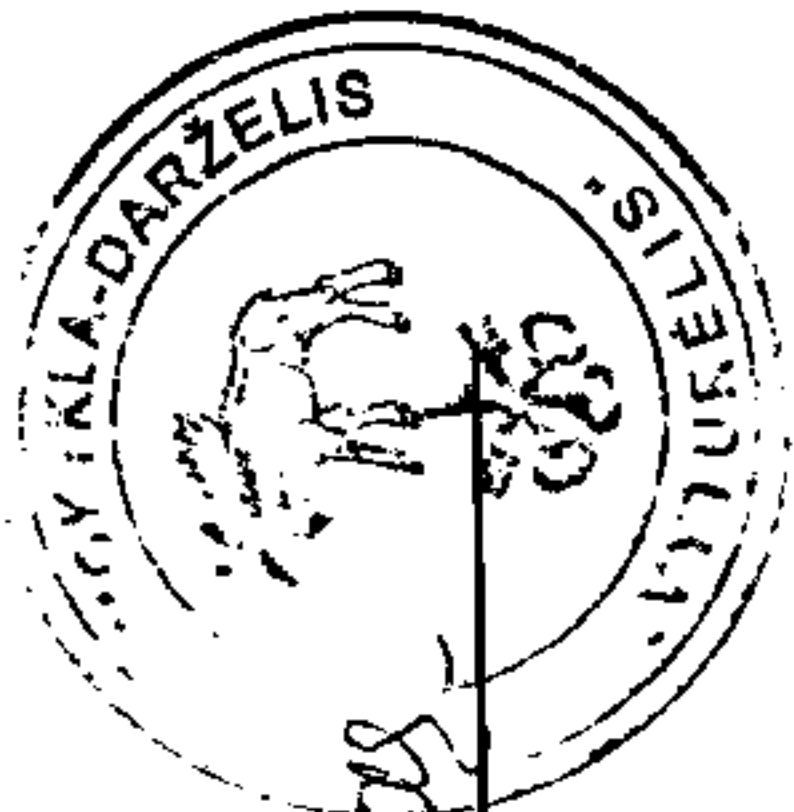
VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė: 7-10 m.

3 ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.		Kcal
			Baltymai	Riebalai	
Pietūs 11.00 val.					
Burokėlių sriuba [augalinis] [tausoja]	v.v546	130,00	0,714	1,052	5,360
Grietinė [5 gr.]	v.v547	5,00	0,130	1,500	0,135
Kiaulienos guliašas [tausojantis] [110 v.v463]		110,00	15,449	7,904	6,520
Bulvių košė [tausojantis] 100 gr.]	A6	100,00	2,076	3,760	15,424
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su alie	v.v025	80,00	1,274	2,187	5,986
Šviežių daržovių asorti [morkos ,agurk	v.v595	100,00	0,900	0,200	5,650
Vanduo su citrina	v.v328	100,00	0,050		0,285
Sezoniniai vaisiai,uogos [150gr.]	v.v161	150,00			
iš viso:			20,593	16,603	39,359
Vakarienė 15.00 val.					
Varškės apkepas su razinomis [tausoja	v.v086	140,00	16,027	11,162	18,542
Jogurtinis padažas su uogomis [30 gr.]	v.v371	30,00	0,525	0,415	7,945
Kepti obuoliai [150 gr.]	r66	150,00	0,657	0,046	17,604
Nesaldinta žolelių arbata [150 gr.]	v.v006	150,00			0,000
iš viso:			17,209	11,622	44,090
Iš viso (dienos davinio)			37,802	28,225	83,449
					739,027

Specialistė
Ina Vabekėvičienė



TVIRTINU:
Direktorius

[Signature]

Lazdijų mokykla-darželis "Vyturėlis"
(įstaigos pavadinimas)

VALGIARAŠTIS
Amžiaus grupė: 7-10 m.

3 penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g.	Maistinė vertė, g.			Kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pietūs 11.00 val.						
Lešių sriuba su bulvėmis ir morkomis [v.v602		120,00	5,527	4,279	15,332	121,947
Atlantinė lašiša kepta [konvekciniu rež v.v516		100,00	18,630	13,058	4,630	210,562
Daržovių padažas [morkos ,porai ,krap v.v493		45,00	0,779	2,783	2,862	39,607
Biri ryžių kruopų košė su ciberžole [au v.v459		75,00	2,842	2,791	22,975	128,379
Burokėlių salotos su aliejum [augalinis] v.v248		80,00	1,342	3,093	8,008	65,237
Vanduo su citrina v.v328		100,00	0,050		0,285	1,340
iš viso:		520,00	29,169	26,004	54,091	567,072
Vakarienė 15.00 val.						
Grikių kruopų košė su pienu ir sviestu [v.v083		200,00	10,893	6,480	53,732	316,820
Pienas [2,5proc.] [200gr.] v.v115		200,00	5,600	5,000	9,400	105,000
Sezoniniai vaisiai,uogos [150gr.] v.v161		150,00				
iš viso:		550,00	16,493	11,480	63,132	421,820
Iš viso (dienos davinio)		1 070,00	45,662	37,484	117,223	988,892

Specialistė
[Signature]
Ina Valiukevičienė