



Tvirtinu:
Direktorius

1 savaitė

Pirmadienis

1

Pusryčiai 8,30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Sausi pusryčių dribsniai	26Š	62,5	6,375	2,188	48,75	240,00
Pienas 2,5%		187,50	6,375	4,688	9,192	105,00
Viso:			12,750	6,876	57,94	345,00

Pietūs 12,00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė kcal
Šviežių kopūstų sriuba su grietine	5Sr	150/5	1,2	4,94	4,98	63,90
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,04
Kiaulienos maltinis (tausojantis)	15A	75	15,87	14,64	6,35	229,34
Biri grikių kruopų košė	7Gar	100	6,06	5,48	33,26	202,88
Kopūstų salotos su šviežiu agurku	3S	50	1,30	9,61	6,30	110,35
Vanduo						
Viso			25,91	34,93	61,15	649,51

Pavakariai 15,00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė kcal
Virti makaronai	8G	100	4,10	0,06	28,80	136,42
Sviestas 82%		4,00	0,03	3,30	0,03	29,76
Kakava su pienu	5G	100	2,12	1,68	9,61	59,06
Vaisiai		50	0,76	0,30	13,94	56,00
Viso:			7,01	5,34	52,38	281,24

6-10 metų mokiniams

Valgiaraštį sudarė:
UAB Cirtana direktorius Lukas Stankevičius



Tvirtinu:
Direktorius

1 savaitė

Antradienis

2

Pusryčiai 8,30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta avižinių dribsnių košė	22A(p)	200	9,85	9,83	35,13	259,40
Uogienė		20	0,06		14,18	54,20
Vaisinė arbata be cukraus	1G	200				
Viso:			9,91	9,83	49,31	313,60

Pietūs 12,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė kcal
Barščių sriuba su bulvėmis	1Sr	150	1,49	4,91	11,18	90,53
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,04
Kepta vištos šlaunelė	32A	50	12,01	7,29		113,69
Sviesto-grietinės padažas	14P	15	0,27	7,89	0,34	73,14
Bulvių košė	4Gar	100	2,25	3,79	16,19	106,76
Morkų-obuolių salotos	12S	50	0,61	19,02	10,10	205,11
Vanduo						
Viso			18,11	43,16	48,07	632,27

Pavakariai 15,00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė kcal
Bulvių košė	4Gar	200	4,50	7,58	32,38	213,51
Sviestas 82%		10	0.07	8.26	0.08	74.40
Pienas 2,5%		100	3.18	2.35	4.60	52.50
Viso:			7.75	18.19	37.06	340.41

6-10 metų mokiniams

Valgiaraštį sudarė:
UAB Cirtana direktorius Lukas Stankevičius



Tvirtinu:
Direktorius

2023-2024 m.

1 savaitė

- 3 -

Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Penkių grūdų dribsnių košė	104A	200	7,84	7,86	32,00	234,00
Sviestas 82%		10	0,07	8,26	0,08	74,40
Mėtų arbata be cukraus	1G	200				
Viso:			7,91	16,12	32,08	308,40

Pusryčiai 8,130val.

Pietūs 12,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė kcal
Pupelių sriuba su bulvėmis	16Sr	150	3,50	3,23	14,05	92,64
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,04
Plovas su paukštiena (tausojantis)	3A	50/50	26,55	13,44	21,61	307,37
Vaisiai		100	2,28	0,90	41,82	168,00
Švieži agurkai/ ar marinuoti		25	0,20	0,05	0,58	2,75
Arbata be cukraus		200				
Viso			34,01	17,88	88,32	613,80

Pavakariai 15,00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė kcal
Mieliniai blynai su obuoliais	68A	150	5,30	9,59	16,47	166,20
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,60
Arbata be cukraus		200				
Viso:			5,78	15,59	17,09	224,80

6-10 metų mokiniams

Valgiaraštį sudarė:

UAB Cirtana direktorius Lukas Stankevičius



Tvirtinu:
Direktorius

2023-2024 m

1 savaitė

- 4 -

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8,30val.

Pietūs 12,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Manų kruopų košė	92A	200	7,97	7,07	37,85	251,60
Uogienė		20	0,06		14,18	54,20
Čiobrelių arbata be cukraus		200				
Viso:			8,03	7,07	52,03	305,80

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė kcal
Agurkinė sriuba su kruopomis ir grietine	11Sr	150/5	1,73	4,97	11,47	93,90
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,04
Vištienos kepsneliai (tausojojantis)	33A	75	16,54	12,52	8,56	211,43
Sviestas		5	0,04	4,13	0,04	37,20
Virti makaronai	8Gar	100	4,13	3,41	28,83	166,18
Kopūstų-pomidorų-morkų salotos	8S	100	1,22	6,67	5,67	82,66
Arbata be cukraus						
Viso			25,14	31,96	64,83	634,41

Pavakariai 15,00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė kcal
Tiršta avižinių dribsnių košė	22A(p)	150	7,39	7,37	26,36	194,55
Sviestas 82%		10	0,07	8,26	0,08	74,40
Arbata be cukraus		200				
Vaisiai		50	0,76	0,30	13,94	56,00
Viso:			8,22	15,93	40,38	324,95

6-10 metų mokiniams

Valgiaraštį sudarė:

UAB Cirtana direktorius Lukas Stankevičius



Tvirtinu:
Direktorius

2023-2024m.

1savaitė

Penktadienis

- 5-

Pusryčiai 8,30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grikių kruopų košė su daržovėmis	99A	150	8,49	5,81	47,37	268,10
Sviestas 82%		7,5	0,05	6,20	0,06	55,80
Vaisinė arbata su citrina be cukraus	2G	200	0,05	0,03	13,15	2,17
Viso:			8,59	12,04	60,58	326,07

Pietūs 12,00 val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė kcal
Ankštinių daržovių sriuba(bulvės,žirneliai)	16Sr	150	1,55	3,10	9,44	66,24
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,04
Žuvies maltinis (tausojantis)	44A	75	12,08	11,36	12,56	198,23
Sviestas		5	0,04	4,13	0,04	37,20
Bulvių košė	4Gar	100	2,25	3,79	16,19	106,76
Burokėlių salotos	16S	50	0,78	7,05	5,55	83,53
Vanduo		200				
Viso			18,10	29,69	54,04	535,00

Pavakariai 15,00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė kcal
Blynėliai	16A(p)	100	7,37	12,86	36,38	286,61
Grietinė 30%		15	0,36	4,50	0,46	43,95
Arbata be cukraus		200				
Vaisiai		50	0,76	0,30	13,94	56,00
Viso:			8,49	17,66	50,78	386,56

6-10 metų mokiniams

Valgiaraštį sudarė:
UAB Cirtana direktorius Lukas Stankevičius