

# Vilniaus Juzefo Ignacijaus Kraševskio gimnazija

II savaitė Trečiadienis

2017m.-2018m.

Tvirtinu:

Direktorė Gelena Juchnevič \_\_\_\_\_

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Kvietinių kruopų košė	29A	150	6,47	5,17	27,93	184,08
Sviestas		10	0,08	7,20	0,14	65,60
Arbata	1G	200				
Sausainiai		20	1,68	0,48	16,40	73,80
<b>Iš viso</b>			<b>8,23</b>	<b>12,85</b>	<b>44,47</b>	<b>323,48</b>

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Agurkinė sriuba	11Sr	250/10	2,62	8,28	19,11	156,7
Juoda duona	1Š	40	2,96	0,52	20,52	86,8
Žemaičių blynai su kiauliena	56A	150	10,69	14,19	37,58	315,88
Grietinė	14P	40	0,96	12,0	1,24	117,20
Kopūstų salotos su švž. agurku	3S	50	0,65	4,81	3,15	55,18
Obuolių kompotas	12G	200	0,23	0,20	21,09	83,55
<b>Iš viso</b>			<b>18,11</b>	<b>40,0</b>	<b>102,69</b>	<b>815,31</b>

6-10 metų mokiniams

**Pavakariai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Pieniška miltinių kukulaičių sriuba	27S	250	7,40	10,70	25,54	226,69
Sumuštinis su sviestu (batonas)	2Š	20/5	1,62	5,03	10,42	80,60
<b>Iš viso</b>			<b>9,02</b>	<b>15,73</b>	<b>35,96</b>	<b>307,29</b>

Parengta pagal pateiktą perspektyvinį valgiaraštį

UAB "Cirtana" technologė Regina Langviniene \_\_\_\_\_

# Vilniaus Juzefo Ignacijaus Kraševskio gimnazija

II savaitė Pirmadienis

2017m.-2018m.

Tvirtinu:

Direktorė Gelena Juchnevič \_\_\_\_\_

## Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Trijų grūdų dribsnių košė	104G	200	5,88	5,90	24,00	235,50
Sviestas		5	0,04	3,60	0,07	32,80
Meduolis		30	1,68	0,48	16,40	73,80
Arbata	1G	200				
<b>Iš viso</b>			<b>7,60</b>	<b>9,98</b>	<b>40,47</b>	<b>342,10</b>

## Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Špinatų sriuba su bulvėmis	10Sr	250/10	3,92	9,42	15,88	151,62
Juoda duona	1Š	40	2,96	0,52	20,52	86,8
Varškės apkepas	84A	100	14,95	9,08	18,72	217,92
Grietinė		25	0,6	7,5	0,775	73,14
Kopūstų ir agurkų salotos	3S	100	1,3	9,62	6,30	110,36
Arbata	2G	200				
<b>Iš viso</b>			<b>23,73</b>	<b>36,14</b>	<b>62,19</b>	<b>639,84</b>

6-10 metų mokiniams

## Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Bulviniai piršteliai	57A	100	2,12	0,66	32,90	139,69
Grietinė	14P	40	0,96	12,0	1,24	117,20
Arbata kmynų	4G	200	0,59	0,44	14,01	59,50
<b>Iš viso</b>			<b>2,47</b>	<b>11,17</b>	<b>45,86</b>	<b>316,39</b>

Parengta pagal pateiktą perspektyvinį valgiaraštį

UAB "Cirtana " technologė Regina Langviniene \_\_\_\_\_

# Vilniaus Juzefo Ignacijaus Kraševskio gimnazija

II savaitė Ketvirtadienis

2017m.-2018m.

Tvirtinu:

Direktorė Gelena Juchnevič \_\_\_\_\_

**Pusryčiai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Avižinių dribsnių košė	22A	200	7,39	7,37	26,35	234,55
Sviestas		5	0,04	3,60	0,07	32,80
Sumuštinis su dešra (juoda duona)	3Š	0,5V/10/10	2,59	2,47	10,57	68,60
Arbata	1G	200				
<b>Iš viso</b>			<b>10,02</b>	<b>13,44</b>	<b>36,99</b>	<b>335,95</b>

**Pietūs**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Barščiai su bulvėmis	1 Sr	250/10	2,47	8,17	18,62	150,87
Maltas kiaulienos šnicelis	15A	50/15	10,58	9,76	4,23	242,90
Ryžių kruopų košė	5G	100	2,56	4,68	27,65	156,68
Kopūstų salotos su agurkais	3S	50	0,65	4,81	3,15	55,18
Obuolių kompotas	12G	200	0,23	0,20	21,09	83,55
<b>Iš viso</b>			<b>16,49</b>	<b>27,62</b>	<b>74,74</b>	<b>689,18</b>

6-10 metų mokiniams

**Pavakariai**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Bandelė su cinamonu	3K	50	4,21	10,64	29,76	226,66
Kakava su pienu	5G	150	3,18	2,51	14,41	88,58
<b>Iš viso</b>			<b>7,39</b>	<b>13,15</b>	<b>44,17</b>	<b>315,24</b>

Parengta pagal pateiktą perspektyvinį valgiaraštį

UAB "Cirtana " technologė Regina Langviniene \_\_\_\_\_

# Vilniaus Juzefo Ignacijaus Kraševskio gimnazija

II savaitė Antradienis

2017m.-2018m.

Tvirtinu:

Direktorė Gelena Juchnevič \_\_\_\_\_

## Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Trijų grūdų dribsnių košė	104G	200	5,88	5,90	24,0	231,75
Kmynų arbata	4G	200	0,59	0,44	14,01	59,50
Sausainiai		20	1,68	0,48	16,40	73,80
<b>Iš viso</b>			<b>8,15</b>	<b>6,82</b>	<b>54,41</b>	<b>365,05</b>

## Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis	14Sr	250	2,13	5,28	17,48	139,80
Juoda duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,4
Paukštienos plovos	3A	50/150	20,26	13,64	42,06	361,59
Pekininių kopūstų ir porų salotos	25S	100	1,42	6,74	4,35	79,1
Sultys obuolių		200	0,76	0,1	24,76	105
<b>Iš viso</b>			<b>26,05</b>	<b>26,02</b>	<b>98,,91</b>	<b>728,89</b>

6-10 metų mokiniams

## Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Apkepti sumuštiniai su dešra	9Š	80	11,90	19,53	25,21	316,92
Arbata su citrina	2G	200	0,05	0,03	13,15	51,68
<b>Iš viso</b>			<b>11,87</b>	<b>13,74</b>	<b>44,34</b>	<b>368,6</b>

Parengta pagal pateiktą perspektyvinį valgiaraštį

UAB "Cirtana" technologė Regina Langviniene \_\_\_\_\_

# Vilniaus Juzefo Ignacijaus Kraševskio gimnazija

II savaitė Penktadienis

Tvirtinu:

Direktorė Gelena Juchnevič \_\_\_\_\_

2017m.-2018m.

## Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Kaina	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Sklindžiai su obuoliais	77A	100		7,21	12,94	38,42	293,94
Uogienė	15P	15		0,05		10,64	40,65
Arbata be cukraus	2G	200					
<b>Iš viso</b>				<b>7,26</b>	<b>12,94</b>	<b>49,06</b>	<b>334,59</b>

## Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Kaina	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Daržovių sriuba	12Sr	250/10		2,59	8,19	15,79	140,20
Duona juoda	1Š	20		1,88	0,26	10,26	43,4
Kiaulienos kepinukai	9A	50		7,91	18,82	5,59	262,05
Sviesto ir grietinės padažas	3P	15		0,27	7,89	0,34	73,14
Virtos bulvės	2Gar	100		2,02	3,0	18,32	106,64
Burokėlių salotos	16S	50		0,78	7,05	5,55	83,53
Arbata be cukraus	2G	200					
<b>Iš viso</b>				<b>15,45</b>	<b>45,21</b>	<b>55,85</b>	<b>708,96</b>

6-10 metų mokiniams

## Pavakariai

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Kaina	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
Bulvių košė	4Gar	200		4,50	7,58	32,38	213,52
Pienas		200		6,00	5,21	9,58	108,64
<b>Iš viso</b>			<b>0</b>	<b>10,50</b>	<b>12,79</b>	<b>41,96</b>	<b>322,16</b>

Parengta pagal pateiktą perspektyvinį valgiaraštį

UAB "Cirtana " technologė Regina Langvinienė \_\_\_\_\_