



Tvirtinu:  
Direktorius

2 savaitė

Pirmadienis

- 6 -

### Pusryčiai 8,30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Biri ryžių kruopų košė	95A	200	6,11	7,08	46,21	263,26
Sviestas 82%		10	0,07	8,26	0,08	74,40
Kmynų arbata be cukraus	4G	200	0,59	0,44	1,50	9,99
<b>Viso:</b>			<b>6,77</b>	<b>15,78</b>	<b>47,79</b>	<b>347,65</b>

### Pietūs 12,00val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė kcal
Daržovių sriuba	12Sr	150	1,55	4,91	9,47	84,12
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,04
Plovas su kiauliena (tausojantis)	3A	50/100	22,93	19,49	21,30	346,58
Švieži agurkai/marin. agurkai	43S	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Vaisiai		100	1,52	0,60	27,88	112,00
Arbata be cukraus		200				
<b>Viso</b>			<b>27,88</b>	<b>25,36</b>	<b>70,06</b>	<b>591,24</b>

### Pavakariai 15,00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė kcal
Bulvinia blynai su salierais	5 (p)	150	6,98	12,43	34,38	264,40
Arbata be cukraus	1G	200				
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,60
<b>Viso:</b>			<b>7.22</b>	<b>15.43</b>	<b>34.69</b>	<b>323,00</b>

6-10 metų mokiniams

Valgiaraštį sudarė:

UAB Cirtana direktorius Lukas Stankevičius



- 7 -

### Pusryčiai 8,30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Sklindžiai su obuoliais	77A	80/20	7,21	12,94	38,42	293,94
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,60
Arbata be cukraus	1G	200				
<b>Viso:</b>			<b>7,69</b>	<b>18,94</b>	<b>39,04</b>	<b>352,54</b>

### Pietūs 12,00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė kcal
Barščių sriuba su pupelėmis ir kopūstais	3Sr	150	2,43	4,99	9,93	86,27
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,04
Virtos dešrelės (tausojantis)	37A	50	3,59	14,20	0,47	143,52
Bulvių košė	4Gar	100	2,26	3,58	16,18	106,76
Kopūstų salotos su agurkais	3S	50	1,30	9,61	6,30	110,35
Vanduo		200				
<b>Viso</b>			<b>12,58</b>	<b>33,24</b>	<b>71,02</b>	<b>489,94</b>

### Pavakariai 15,00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė kcal
Pieniška makaronų sriuba	26Sr	250	6,45	7,32	24,32	190,85
Batonas	1Š	20	1,58	0,90	10,58	43,40
Vaisiai		50	0,76	0,30	13,94	56,00
<b>Viso:</b>			<b>8,79</b>	<b>8,52</b>	<b>48,84</b>	<b>290,25</b>

6-10 metų mokiniams

Valgiaraštį sudarė:  
UAB Cirtana direktorius Lukas Stankevičius



-8-

### Pusryčiai 8,30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta manų kruopų košė	92A	200	7,97	7,07	37,85	251,60
Uogienė		20	0,06		14,18	54,20
Arbata be cukraus	1G	200				
<b>Viso:</b>			<b>8,03</b>	<b>7,07</b>	<b>52,03</b>	<b>305,80</b>

### Pietūs 12,00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė kcal
Žirnių 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
Varškės apkepas (tausojantis)	84A	150	22,43	13,62	28,09	326,87
Grietinė 30%	14P	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Vaisiai		100	1,52	0,60	27,88	112,00
Vanduo		200				
<b>Viso</b>			<b>29,41</b>	<b>23,71</b>	<b>80,90</b>	<b>633,15</b>

### Pavakariai 15,00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė kcal
Penkių grūdų dribsnių košė	104A	200	7,84	7,86	32,00	234,00
Uogienė ar švž. uogos		30	0,09		21,27	81,30
Arbata be cukraus		200				
<b>Viso:</b>			<b>7,93</b>	<b>7,86</b>	<b>53,27</b>	<b>315,30</b>

6-10 metų mokiniams

Valgiaraštį sudarė:

UAB Cirtana direktorius Lukas Stankevičius

Tvirtinu:  
Direktorius

2023-2024 m.  
2 savaitė  
Ketvirtadienis

-9-

### Pusryčiai 8,30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Makaronai su sūriu	15A(p)	150/20	11,95	11,15	39,87	312,38
Nat. pomidorų padažas		20	0,78	0,10	4,74	22,00
Arbata be cukraus		200				
<b>Viso:</b>			<b>12,73</b>	<b>11,25</b>	<b>44,61</b>	<b>334,38</b>

### Pietūs 12,00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė kcal
Pieniška makaronų	26Sr	250	6,45	7,32	24,32	190,85
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,04
Kepta vištiena	32A	75	18,09	14,39	0,51	203,83
Virti ryžiai	5Gar	50	1,28	2,34	13,83	78,34
Morkų- obuolių salotos	12S	50	0,61	19,02	10,10	205,11
Vanduo		200				
Vaisiai		50	0,76	0,30	13,94	56,00
<b>Viso</b>			<b>24,32</b>	<b>42,03</b>	<b>58,51</b>	<b>777,17</b>

### Pavakariai 15,00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė kcal
Biri grikių kruopų košė	99A	150	8,98	2,21	49,38	248,66
Sviestas 82%		10	0,07	8,26	0,08	74,40
Žalia arbata be cukraus		200				
<b>Viso:</b>			<b>9,05</b>	<b>10,47</b>	<b>49,46</b>	<b>323,06</b>

6-10 metų mokiniams

Valgiaraštį sudarė:  
UAB Cirtana direktorius Lukas Stankevičius





Tvirtinu:  
Direktorius

2023-2024m

2savaitė

Penktadienis

-10-

### Pusryčiai 8,30val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kvietinių dribsnių košė	29A(p)	150	6,47	5,17	27,93	184,08
Uogienė ar švž trintos uogos		20,00	0,06		14,18	54,20
Arbata be cukraus		200				
Viso:			6,53	5,17	42,11	238,28

### Pietūs 12,00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė kcal
Rūgštynių sriuba	9Sr	150	2,10	5,72	9,87	95,54
Viso grūdo duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,04
Žuvies šnicelis	43A	75	14,72	12,45	6,35	194,41
Sviesto-grietinės padažas	3P	20	0,35	10,51	0,45	97,52
Burokėlių salotos	16S	50	0,76	7,25	5,48	84,97
Bulvių košė	4Gar	100	2,25	3,79	16,19	106,76
Vaisiai		100	1,52	0,60	27,88	112
Vanduo		200				
Viso			20,93	36,79	60,29	734,24

### Pavakariai 15,00val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė kcal
Bandelė su cinamonu	3K	75	6,50	16,11	44,14	337,69
Arbata be cukraus		200				
Viso:			6,50	16,11	44,14	337,69

6-10 metų mokiniams

Valgiaraštį sudarė:

UAB Cirtana direktorius Lukas Stankevičius