

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

Trakų r. Lentvario Henriko Senkevičiaus
gimnazijos direktorius

F. Žeromskij
Francišek Žeromskij

Nr. VV P-9145

TRAKŲ RAJONO LENTVARIO HENRIKO SENKEVIČIAUS
GIMNAZIJA

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

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

4 – 7 METŲ

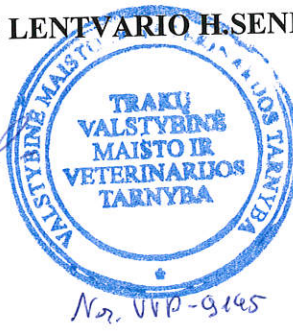
(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 8-30 iki 14-30 val.

TRAKŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS LENTVARIO H. SENKEVIČIAUS GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorius

F. Žeromskij



1 savaitė
Pirmadienis

1 lapas

Pusryčiai 8,30-9,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė	98	200	9,85	9,83	35,13	259,40
(tausojančis)						
Arbata be cukraus		150				
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	57,20
Iš viso:			10,25	10,23	48,13	316,60

Pietūs 11,30-12,30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba	27	100	3,25	3,45	10,7	87,55
Maltas kiaulienos šnicelis (tausojančis)	9	70	14,79	11,03	5,95	181,04
Biri grikių košė su sviestu	3-3/ 33T	100	3,2	2	17,3	100,1
Pekino kopūstų salotos	2-1/ 6A	100	1,2	5,3	3,8	67,1
Vanduo		150	0	0	0	0
Iš viso:			22,44	21,78	37,75	435,79

Pavakariai 14,30-15,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bandelė su cinamonu	3	60	4,3	8,9	29,9	213,2
Pienas 2,5 proc.		100	3,4	2,89	4,9	56
Iš viso:			7,5	9,62	36,1	274,92
VISOS DIENOS DAVINYS			40,19	41,63	121,98	1027,32

Ruošė :

Audronė Dailidienė

TRAKŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS LENTVARIO H. SENKEVIČIAUS GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorius F. Žeromskij

1 savaitė
Antradienis



Nr. VVP-9145

2 lapas

Pusryčiai 8,30-9,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežių kruopų košė su sviestu (tausojojantis)	3-3/ 30T	200	5,6	3,2	37,2	200
Arbata be cukraus	1	150				
Traputis		10	0,07	0,01	0,35	35
Vaisius		100	0,4	0,4	13	57,2
Iš viso:			6,07	3,61	50,55	292,2

Pietūs 11,30-12,30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba(tausoj)	1-3/ 39AT	200	1,8	8,5	18,6	157,7
Žuvies paplotėlis iš jūros lydekos	9-7/ 1421	80	14,2	3,8	1,6	97,7
Burokėlių salotos su žirneliais	15S	100	2,52	14,53	12,40	176,26
Bulvių košė su sviestu	4-3/ 64T	100	1,7	3,7	15,6	102,2
Vanduo						
Iš viso:			20,22	30,53	48,20	533,86

Pavakariai 14,30-15,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bandelė su dešrele	25	50	2,71	14,88	10,72	186,86
Arbata be cukraus	1	150				
Vaisius		100	0,4	0,4	13	57,2
Iš viso:			4264	21,27	23,72	244,06
VISOS DIENOS DAVINYS			30,53	55,41	135,07	1070,12

Ruošė :

Audronė Dailidienė

TRAKŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS LENTVARIO H. SENKEVIČIAUS GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorius F. Žeromskij



1 savaitė
Trečiadienis

3 lapas

Nr. VVP-945

Pusryčiai 8,30-9,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su pienu ir sėlenėlėmis	3-3/ 47T	200	8,3	4,7	35,9	218,5
Sumuštinis su dešra	3	40	5,18	4,94	21,14	137,20
Arbata žolelių	17- 1/1	200	0,05	0,03	0,64	3,02
Iš viso:			13,53	9,67	57,68	358,72

Pietūs 11,30-12,30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba	1-3/ 31AT	200	3,2	4,5	21,7	139,7
Vištienos kumpelių guliašas (tausojantis)	10-5/ 105T	100	11,9	3,8	6,4	107,7
Bulvių košė su sviestu	4-3/ 64T	100	1,7	3,7	15,6	102,2
Kopūstų salotos su obuoliai	3S	100	0,97	9,25	8,75	115,06
Vanduo						
Iš viso:			17,5	21,25	52,45	464,66

Pavakariai 14,30-15,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su varške	71	80	9,32	8,02	23,29	200,79
Vaisius	15-1/ 7A	100	0,40	0,40	13	57,20
Iš viso:			16,33	14,07	42,06	257,99
VISOS DIENOS DAVINYS			47,36	44,99	152,19	1081,28

Ruošė :

Audronė Dailidėnienė

TRAKŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS LENTVARIO H. SENKEVIČIAUS GIMNAZIJA

TVIRTINU

Direktorius E. Žeromskij

1 savaitė

Ketvirtadienis



4 lapas

Pusryčiai 8,30-9,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su pienu (tausojantis)	8-8/ 162T	150	17,1	17	15,1	281,5
Ruginė duona su sėklom		20	0,55	2,86	6,02	62
Arbata vaisinė be cukraus	1	150				
Iš viso:			17,65	19,86	21,12	343,5

Pietūs 11,30-12,30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba(tausojantis)	1-3/ 28AT	200	2,5	4,2	17,6	118,2
Kepta vištienos šlaunelė (tausojantis)	23	100	24,1	19,2	0,7	271,8
Švieži pomidorai	29	100	1	0,2	4,1	17
Ryžių košė su aliejumi	3-3/ 36AT	50	1,27	1,09	13,71	69,7
Vanduo						
Iš viso:			28,87	24,69	36,11	476,7

Pavakariai 14,30-15,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti konvekciniėje krosnyje sumuštiniai su varške ir obuoliais	16-8/ 60	20/20/10	4,4	2,5	12,9	92,0
Vaisius	15-1/ 7A	100	0,40	0,40	13,00	57,2
Iš viso:			4,80	2,90	25,90	149,20
VISOS DIENOS DAVINYS			51,32	47,45	83,13	969,40

Ruošė:

Audronė Dailidėnienė

TRAKŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS LENTVARIO H.SENKEVIČIAUS GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorius

E. Žeromskij

1 savaitė
Penktadienis



5 lapas

Pusryčiai 8,30-9,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai	7-8/ 166T	150	22,6	11,3	39,8	352
Arbata be cukraus	1	150				
Iš viso:			22,6	11,3	39,82	352,00

Pietūs 11,30-12,30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba(tausojantis)	1-3/ 24AT	150	3,9	3,3	15	105,15
Balandėliai kiaulienos „Karališki „(tausojančios)	63A	80	16,7	7,6	5	199,7
Kopūstų sal. su obuoliais	3S	100	0,97	9,25	8,75	115,06
Bulvių košė su sviestu	4-3/ 64T	100	1,70	3,7	15,6	102,2
Vanduo						
Iš viso:			23,27	23,85	43,35	522,11

Pavakariai 14,30-15,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje keptos bulvės su apelsinų sultimis	4-8/ 163AT	100	2,33	5,96	20,44	144,69
Kefyras		150	4,18	3,75	7,2	81
Vaisius	15-1/ 7A	100	0,40	0,40	13,00	57,20
Iš viso:			6,91	10,11	40,64	282,89
VISOS DIENOS DAVINYS			54,65	49,48	120,01	1181,74

Ruošė :

Audronė Dailidėnienė

Audronė Dailidėnienė

**TRAKŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS LENTVARIO H.SENKEVIČIAUS
GIMNAZIJA**

TVIRTINU:

Direktorius F.Žeromskij

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8,30-9,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių dribsnių košė (tausojantis)	117	200	8,63	6,89	37,24	245,44
Kakava su pienu	5G	150	3,6	2,8	16,7	103,8
Iš viso:			12,23	9,69	53,94	349,24

Pietūs 11,30-12,30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga a	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	27	200	6,5	6,9	21,4	175,1
Ryžių plovos su višt.file (tausojantis)	10-5/ 111T	150	18,2	8,5	24	245
Pekino salotos su pomidorais	22S	100	1,26	9,24	3,85	96,46
Vanduo						
Iš viso:			25,96	24,64	49,25	516,56

Pavakariai 14,30-15,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bandelė su cinamonu	3	60	4,3	8,9	29,9	213,2
Pienas 2,5 proc.		100	3,4	2,5	4,9	56
Obuolys	15-1 /7	100	0,04	0,04	1,3	5,72
Iš viso:			7,74	11,44	36,1	274,92
VISOS DIENOS DAVINYS			45,93	45,77	139,29	1140,72

Ruošė:

Audronė

TRAKŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS LENTVARIO H. SENKEVIČIAUS GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorius F. Žeromskij



2 savaitė
Antradienis

Nr. VVP-9145 7 lapas

Pusryčiai 8,30-9,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trijų dribsnių košė su ypač tyru alyv.aliejumi (tausojantis)	3-3/ 34AT	100	2,19	2,05	16,71	94,06
Sumuštinis su ferm.sūriu	16- 1/4	80	11,5	14,26	19,15	250,98
Arbata be cukraus	1	150			0,02	0,06
Iš viso:			13,69	16,31	35,88	345,1

Pietūs 11,30-12,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šv.kopūstų sriuba (tausojantis)	28AT	200	2,5	4,2	17,6	118,2
Kiaul.kukulis su burokėliais(tausojantis)	11-8/ 161T	80	13,3	6,7	6,4	139,1
Bulvių košė su pienu ir sviestu (tausojantis)	4-3/ 64T	100	1,7	3,7	15,6	102,2
Burok. salotos su pupelėm	15S	100	3,46	7,25	13,07	131,34
Vanduo						
Iš viso:			20,96	21,87	52,67	490,84

Pavakariai 14,30-15,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bandelė su dešrele	25	70	3,80	20,83	15,01	261,60
Arbata be cukraus	1	150				
Kriaušė		80	0,3	0,3	0,3	10,4
Iš viso:			4,10	21,13	15,31	272
VISOS DIENOS DAVINYS			38,75	59,31	103,86	1108,30

Ruošė :

Audronė Dailidėnienė

TRAKŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS LENTVARIO H. SENKEVIČIAUS GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorius F. Žeromskij

2 savaitė
Trečiadienis

№ 2. VVP-9145 8 lapas

Pusryčiai 8,30-9,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis)	8-8/ 162T	150	17,10	17,00	15,100	281,50
Ruginė duona su sėklomis		20	0,55	2,86	6,02	64,60
Žolelių arbata		150				
Iš viso:			17,65	19,86	21,12	346,10

Pietūs 11,30-12,30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba	1-3/ 31AT	200	3,20	4,50	21,70	139,70
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	1 A	80/80	23,97	19,63	8,89	304,52
Bulvių košė su sviestu(tausojantis)	4-3/ 64T	100	1,70	3,70	15,60	102,20
Švieži pomidorai	29S	50	0,50	0,10	2,30	8,50
Vanduo						
Iš viso:			29,37	27,93	48,49	554,92

Pavakariai 14,30-15,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su varške	71	80	9,31	8,02	23,29	200,80
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	57,20
Iš viso:			9,71	8,42	36,29	258,00
VISOS DIENOS DAVINYS			56,73	56,21	105,90	1159,02

Ruošė:

Audronė Dailidėnienė

TRAKŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS LENTVARIO H. SENKEVIČIAUS GIMNAZIJA



SVIRTINU
Direktorių: P. Žeromskij



Nr. VVP-9145

9 lapas

Pusryčiai 8,30-9,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (tausojantis)	7-3 /60T	150	19,05	9,00	44,40	334,35
Arbata be cukraus	1	150				
Iš viso:			19,05	9,00	44,40	334,35

Pietūs 11,30-12,30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba(tausojantis)	1-3/ 35AT	150	4,87	4,2	19,65	135,90
Kepta vištienos šlaunelė (tausojantis)	23	100	24,1	19,2	0,7	271,8
Ryžių košė su aliejumi (tausojantis)	3-3/ 36AT	50	1,27	1,09	13,71	69,7
Agurkų salotos	28S	50	0,56	3,08	1,24	33,7
Vanduo						
Iš viso:			34,25	32,92	61,58	511,10

Pavakariai 14,30-15,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti konvekciniuose sumuštiniai su varške ir obuoliais (tausojantis)	16-8/ 160	20/20/10	4,4	2,5	12,9	92,00
Vaisius		200	0,8	0,8	26	114,4
Iš viso:			5,2	3,3	38,9	206,40
VISOS DIENOS DAVINYS			58,50	45,22	144,88	1051,85

Ruošė :

Audronė Dailidienienė

TRAKŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS LENTVARIO H.SENKEVIČIAUS GIMNAZIJA

TVIRTINU :

Direktorius R.Žeromskij



2 savaitė
Penktadienis

Nr. VVP-9145

10 lapas

Pusryčiai 8,30-9,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai	7-8/ 166T	150	22,60	11,30	39,80	352,00
Arbata be cukraus	1	150				
Traputis		10	0,07	0,01	0,35	35,00
Iš viso:			22,67	11,31	40,15	387,00

Pietūs 11,30-12,30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba(tausojantis)	1-3/ 24AT	200	5,20	4,00	20,00	140,20
Žuvies paplotėlis iš jūros lydekos(tausojantis)	9-7/ 1421	80	14,2	3,80	1,60	97,70
Bulvių košė su sviestu(tausojantis)	4-3/ 6AT	100	1,70	3,70	15,6	102,2
Kopūstų salotos su aliejumi	2-1/ 19A	100	1,10	0,70	4,40	109,5
Vanduo						
Iš viso:			22,2	12,20	41,60	449,60

Pavakariai 14,30-15,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Konvekinėje keptos bulvės su apelsinų sultimis (tausojančios)	4-8/ 163AT	100	2,33	5,96	20,44	144,69
Kefyras		150	4,18	3,75	7,2	81
Obuolys	15-1 /7	100	0,04	0,04	1,3	5,72
Iš viso:			6,55	9,75	28,94	231,41
VISOS DIENOS DAVINYS			51,42	33,26	110,69	1068,01

Ruošė :

Audronė Dailidienienė

TRAKŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS LENTVARIO H.SENKEVIČIAUS GIMNAZIJA

TVIRTINU :

Direktorius F.Žeromskij



Nr. VVP-9145

3 savaitė
Pirmadienis

11 lapas

Pusryčiai 8,30-9,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė	115	200	7,84	7,86	32,00	234,00
(tausoįantis)						
Arbata be cukraus		150				
Vaisius		100	0,4	0,4	13	57,2
Iš viso:			8,24	7,26	43,00	291,2

Pietūs 11,30-12,30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška sriuba(tausoįant)	27	200	6,5	6,9	21,4	175,1
Vištienos kumpelių guliašas (tausoįantis)	10-5/105T	100	11,9	3,8	6,4	107,7
Grikių košė(tausoįantis)	96GAR	100	4,89	6,16	19,82	152,2
Švieži agurkai	2-1/14	40	0,32	0,08	0,92	5,68
Vanduo						
Iš viso:			23,61	16,94	48,54	440,68

Pavakariai 14,30-15,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bandelė su cinamonu	3	60	4,3	8,9	29,9	213,2
Pienas 2,5 proc.		100	3,4	2,5	4,9	56
Iš viso:			7,7	11,4	34,8	269,2
VISOS DIENOS DAVINYS			39,55	35,24	126,34	1001,08

Ruošė :

Audronė Dailidėnienė

TRAKŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS LENTVARIO H.SENKEVIČIAUS GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorius F.Žeromskij

3 savaitė
Antradienis



12 lapas

Nr. VP-9145

Pusryčiai 8,30-9,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas (tausojantis)	8-8/ 162T	150	17,10	17,00	15,10	281,50
Viso grūdo duona	16-8/ 161	20	3,35	1,59	12,00	75,74
Žolelių arbata						
Iš viso:			20,45	18,59	27,10	357,24

Pietūs 11,30-12,30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (tausojantis)	1-3/ 39AT	150	1,35	6,38	13,95	118,28
Maltas kiaulienos šnicelis (tausojantis)	9A	80	16,90	12,60	6,80	206,90
Raugintų kopūstų salotos	8S	100	0,80	10,01	7,35	119,75
Pupelių-daržovių troškiny	5-5/ 102AT	100	5,86	3,5	19,11	131,78
Vanduo						
Iš viso:			24,91	32,49	47,21	576,71

Pavakariai 14,30-15,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Konvekciniėje kepti sumuštiniai su varške ir obuoliais (tausojantis)	16-8/ 160	100	8,90	5,10	25,80	184,30
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	57,20
Iš viso:			9,30	5,50	38,08	241,50
VISOS DIENOS DAVINYS			54,66	56,58	76,88	1175,45

Ruošė :

Audronė Dailidėnienė

TRAKŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS LENTVARIO H. SENKEVIČIAUS GIMNAZIJA



13 lapas

Pusryčiai 8,30-9,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė (tausojantis)	3-3/47T	150	6,23	3,53	26,93	163,88
Traputis		10	0,07	0,01	0,35	35,00
Arbata be cukraus						
Vaisius		200	0,80	0,80	26,00	114,40
Iš viso:			7,10	4,34	27,28	313,28

Pietūs 11,30-12,30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (tausojantis)	1-3/35AT	150	4,88	4,20	19,65	135,90
Kepta vištienos šlaunelė (tausojantis)	23	100	24,10	19,20	0,70	271,80
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	4-3/64T	100	1,70	3,70	15,60	102,20
Švieži pomidorai	29S	50	0,50	0,10	2,30	8,50
Vanduo						
Iš viso:			31,18	27,20	38,25	518,40

Pavakariai 14,30-15,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga a	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su varške	71	80	9,32	8,02	23,29	200,79
Pienas 2,5 proc.		100	3,40	2,50	4,90	56,00
Iš viso:			12,72	10,52	28,19	256,79
VISOS DIENOS DAVINYS			51,00	42,06	93,72	1088,47

Ruošė :

Audronė Dailidėnienė

TRAKŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS LENTVARIO H.SENKEVIČIAUS GIMNAZIJA

TVIRTINU:

Direktorius [Zeromskij]



Nr. VVP-9195

14 lapas

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8,30-9,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	3-3/30T	200	5,60	3,20	37,20	200,00
Viso grūdo duona su sviestu ir fermentiniu sūriu	16-1/4	40	5,75	7,13	9,58	125,49
Žalia arbata be cukraus						
Iš viso:			11,35	10,33	46,78	325,49

Pietūs 11,30-12,30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis)	1-3/28AT	200	2,5	4,2	17,6	118,2
Balandėliai „Karališki“ iš kiaulienos su grietinės padažu (tausojantis)	63A	80	16,67	7,6	5	149,75
Ryžių košė (tausojantis)	3-3/36AT	100	2,54	2,18	27,4	139,4
Morkų salotos su česnakų	10S	100	1,05	5,05	8,78	76,96
Vanduo						
Iš viso:			31,09	22,83	61,28	484,31

Pavakariai 14,30-15,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bandelė su dešrele	25	50	2,71	14,88	10,72	186,86
Arbata be cukraus	1	150				
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	57,20
Iš viso:			3,11	15,28	23,72	244,06
VISOS DIENOS DAVINYS			45,55	48,44	131,78	1053,86

Ruošė:

Audronė Dailidėnienė

TRAKŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS LENTVARIO H.SENKEVIČIAUS GIMNAZIJA

TVIRTINU :

Direktorius P.Zeromskij



3 savaitė
Penktadienis

Nm. VVP-9145

15 lapas

Pusryčiai 8,30-9,30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai	7-8/166T	150	22,06	11,30	39,80	352,00
Arbata be cukraus	1	150				
Iš viso:			22,60	11,30	39,80	352,00

Pietūs 11,30-12,30 val.*

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė* vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba(tausojantis)	1-3/24AT	150	3,90	3,30	15,00	105,15
Keptas orkaitėje žuvies (lydeka) paplotėlis(tausoj.)	9-8/163T	100	17,72	4,78	2,03	122,04
Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	4-3/64T	150	2,55	5,55	23,40	153,30
Kopūstų salotos su obuoliais	3S	100	0,97	9,25	8,75	115,06
Ruginė duona su sėklomis		20	0,55	2,86	6,02	62,00
Vanduo						
Iš viso:			25,69	25,74	55,20	557,55

Pavakariai 14,30-15,00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kviet.bandelė su grūdais		40	4,88	1,84	22,84	127,20
Jogurtas 2proc.riebumo		100	2,70	2,00	15,80	95,00
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	57,20
Iš viso:			7,98	4,24	51,64	279,40
VISOS DIENOS DAVINYS			56,27	41,28	146,64	1188,95

Ruošė :

Audronė Dailidienienė