

1 savaitė  
Pirmadienis

Patvirtinta  
Kauno r. Piliuonos gimnazija Viršužiglio skyrius direktorės  
2023 m. kovo 31 d. įsak. Nr. 1,3-23-33

**Pusryčiai 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška manų kruopų košė su cinamonu (tausojantis)	2Pus	200	9.29	3.94	47.76	268.40
Sviestas 82%	1Pr	7.5	0.04	6.15	0.06	55.73
Trintos uogos	4Pa	20	0.26	0.13	3.34	10.50
Vaisinė arbata be cukraus	3G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			<b>9.59</b>	<b>10.22</b>	<b>51.16</b>	<b>334.63</b>

**Pietūs 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (ankštiniš)(augalinis)(tausojantis)	1Sr	150	3.74	3.27	13.80	89.72
Duona	7Pr	25	1.98	0.40	11.08	54.25
Virti spelta arba pilno grūdo makaronai (tausojantis)(augalinis)	6Gar	120	4.54	3.72	31.84	182.60
Troškintos maltos jautienos (kumpis) - kiaulienos (kumpis) padažas (tausojantis)	25Va	60	10.09	7.30	3.03	116.84
Paprika	18Sa	30	0.39	0.15	1.98	8.70
Rauginti ar marinuoti, ar švieži agurkai	5Sa	30	0.15	0.03	1.05	4.98
Pomidorai	4Sa	30	0.30	0.06	1.23	5.10
Vanduo paskanintas vaisiais	12G	150	0.05	0.02	0.75	2.85
Vaisiai	2Pr	130	0.52	0.52	16.90	68.90
<b>Iš viso:</b>			<b>21.75</b>	<b>15.47</b>	<b>81.65</b>	<b>533.94</b>

**Vakarienė 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtos bulvės (tausojantis)(augalinis)	1Gar	150	3.09	0.15	28.27	125.15
Virtos dešrelės	57A	120	14,23	23,59	4,87	288,29
Kefyras 2.5%	5G	180	6.12	4.50	8.82	108.00
<b>Iš viso:</b>			<b>23,44</b>	<b>28,24</b>	<b>41,96</b>	<b>521,44</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>54,78</b>	<b>53,93</b>	<b>174,77</b>	<b>1390,01</b>

1 savaitė  
Antradienis

Patvirtinta  
Kauno r. Piliuonos gimnazija Viršužiglio skyrius direktorės  
2023 m. kovo 31 d. įsak. Nr. 1.3-23-33



**Pusryčiai 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška kvietinių kruopų košė (tausojantis)	7Pus	200	8.21	3.09	34.81	189.88
Sviestas 82%	1Pr	7.5	0.04	6.15	0.06	55.73
Sumuštinis su lydytu tepamu sūreliu 22%	5Pav	30	3.04	4.16	9.85	98.10
Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			<b>11.28</b>	<b>13.40</b>	<b>44.72</b>	<b>343.71</b>

**Pietūs 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (augalinis)(tausojantis)	32Sr	150	1.41	2.24	10.98	66.62
Migdolų drožlės	22Pr	10	2.00	5.20	2.05	58.00
Žuvies (jūros lydekos) apkepas (tausojantis)	38A	80	14.58	5.40	6.40	130.71
Virtos bulvės (tausojantis)(augalinis)	1Gar	80	1.65	0.08	15.08	66.74
Agurkinis padažas	3Pa	20	0.21	4.47	0.86	44.39
Burokėlių salotos su avinžirniais ir linų sėmenimis (augalinis)	21Sa	60	2.21	2.78	8.91	62.53
Pomidorai	4Sa	30	0.30	0.06	1.23	5.10
Rauginti ar marinuoti, ar švieži agurkai	5Sa	30	0.15	0.03	1.05	4.98
Vanduo paskanintas vaisiais	11G	150	0.06	0.02	0.83	3.23
Vaisiai	2Pr	150	0.60	0.60	19.50	79.50
<b>Iš viso:</b>			<b>23.17</b>	<b>20.87</b>	<b>66.89</b>	<b>521.80</b>

**Vakarienė 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės 9% ir morkų apkepas (tausojantis)	28Va	150	16.61	12.14	19.52	255.27
Grietinė 15 %	18Pr	18	0.76	2.70	0.54	29.70
Ekologiškų obuolių sulčių gėrimas be pridėtinio cukraus	9G	200	0.16	0.16	16.00	70.40
<b>Iš viso:</b>			<b>17.53</b>	<b>15.00</b>	<b>36.06</b>	<b>355.37</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>51.98</b>	<b>49.27</b>	<b>147.67</b>	<b>1220.88</b>



**Pusryčiai 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su fermentiniu 45% sūriu (tausojantis)	16Pus	100/10	13.39	13.02	5.54	192.59
Batonas su sėlenomis	8Pr	25	1.98	1.13	12.98	69.00
Pomidorai	4Sa	40	0.40	0.08	1.64	6.80
Kmynų arba pankolių arbata be cukraus	2G	200	0.20	0.15	0.50	3.33
Vaisiai	2Pr	150	0.60	0.60	19.50	79.50
<b>Iš viso:</b>			<b>16.56</b>	<b>14.97</b>	<b>40.16</b>	<b>351.22</b>

**Pietūs 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis)(tausojantis)	28Sr	150	1.38	4.67	11.38	89.63
Kepta viščiukų broilerių šlaunelių mėsa be odos (tausojantis)	130A	75	21.56	7.17	0.43	152.36
Biri ryžių kruopų košė su ciberžole (tausojantis)(augalinis)	4Gar	80	2.53	0.12	22.03	102.53
Kepti obuoliai	30Sa	60	0.30	0.30	9.75	39.75
Morkų, obuolių ir salierų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	31Sa	60	1.37	5.97	5.82	76.46
Vanduo paskanintas vaisiais	10G	150	0.05	0.03	0.69	2.33
<b>Iš viso:</b>			<b>27.20</b>	<b>18.25</b>	<b>50.10</b>	<b>463.06</b>

**Vakarienė 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių krocketai (tausojantis)	10Va	160	4.58	4.68	43.43	230.17
Grietinės 30% padažas	1Pa	30	0.53	5.75	1.59	60.27
Rūgpienis 2.5%	6G	180	6.12	4.50	8.82	102.60
<b>Iš viso:</b>			<b>11.23</b>	<b>14.93</b>	<b>53.84</b>	<b>393.04</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>54.99</b>	<b>48.15</b>	<b>144.10</b>	<b>1207.32</b>

1 savaitė  
Ketvirtadienis



Patvirtinta  
Kauno r. Piliuonos gimnazija Viršužiglio skyrius direktorės  
2023 m. kovo 31 d. įsak. Nr. 1.3-23-33

**Pusryčiai 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtos kuskuso kruopos (tausojantis)(augalinis)	8Gar	200	7.14	0.77	49.00	239.40
Sviesto 82%-grietinės 30% padažas	10Pa	20	0.34	10.46	0.45	97.44
Juodoji arbata su pienu be cukraus	8G	150	2.55	1.88	3.68	42.00
<b>Iš viso:</b>			<b>10.03</b>	<b>13.11</b>	<b>53.12</b>	<b>378.84</b>

**Pietūs 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (ankštinis patiekalas) (augalinis) (tausojantis)	5Sr	150	3.81	3.24	12.49	87.06
Duona	7Pr	25	1.98	0.40	11.08	54.25
Kiaulienos (kumpis) ir cukinijų maltinukas (tausojantis)	30A	70	11.79	5.55	3.11	109.02
Biri grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	7Gar	90	5.44	1.34	29.94	150.77
Raugintų kopūstų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi	7Sa	60	0.49	3.00	3.12	40.36
Paprika	18Sa	30	0.39	0.15	1.98	8.70
Rauginti ar marinuoti, ar švieži agurkai	5Sa	30	0.15	0.03	1.05	4.98
Vaisiai	2Pr	140	0.56	0.56	18.20	74.20
Vanduo paskanintas vaisiais	10G	150	0.05	0.03	0.69	2.33
<b>Iš viso:</b>			<b>24.65</b>	<b>14.30</b>	<b>81.66</b>	<b>531.66</b>

**Vakarienė 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai	26Va	120	8.78	9.52	43.25	289.74
Trintos uogos	4Pa	20	0.26	0.13	3.34	10.50
Pienas 2.5%	4G	150	5.10	3.75	7.35	84.00
<b>Iš viso:</b>			<b>14.13</b>	<b>13.40</b>	<b>53.94</b>	<b>384.25</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>48.81</b>	<b>40.80</b>	<b>188.73</b>	<b>1294.75</b>

1 savaitė  
Penktadienis

Patvirtinta  
Kauno r. Piliunos gimnazija Viršužiglio skyrius direktorės  
2023 m. kovo 31 d. įsak. Nr. 1.3-23-33



**Pusryčiai 8:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su obuoliais ir cinamonu (tausojantis) (augalinis)	17Pus	200	6.43	3.81	41.09	214.24
Šalto spaudimo nerafinuotas alyvuogių aliejus	19Pr	5	0.01	4.98	0.01	44.15
Plėšomos sūrio lazdelės 40%	17Pr	25	6.75	5.25	0.40	75.50
Kmynų arba pankolių arbata be cukraus	2G	200	0.20	0.15	0.50	3.33
<b>Iš viso:</b>			<b>13.39</b>	<b>14.18</b>	<b>42.00</b>	<b>337.22</b>

**Pietūs 12:00**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	13Sr	150	3.40	3.84	11.71	91.19
Grietinė 30%	6Pr	5	0.12	1.50	0.16	14.65
Duona	7Pr	25	1.98	0.40	11.08	54.25
Bulvių plokštainis su vištiena (šlaunelių mėsa)	5A	140/40	16.81	7.66	36.82	280.19
Grietinė 30%	6Pr	20	0.48	6.00	0.62	58.60
Morkų lazdelės	3Sa	50	0.50	0.10	4.35	15.50
Rauginti ar marinuoti, ar švieži agurkai	5Sa	50	0.25	0.05	1.75	8.30
Vanduo paskanintas vaisiais	10G	150	0.05	0.03	0.69	2.33
<b>Iš viso:</b>			<b>23.60</b>	<b>19.6</b>	<b>67.17</b>	<b>525.00</b>

**Vakarienė 15:30**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška (pienas 2.5%) miežinių kruopų sriuba	21Sr	200	6.30	5.90	20.20	157.69
Duona su sviestu ir žalumynais	13Va	40	2.77	3.84	15.39	104.86
Vaisiai	2Pr	150	0.60	0.60	19.50	79.50
Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>Iš viso:</b>			<b>9.67</b>	<b>10.34</b>	<b>55.10</b>	<b>342.05</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>46.65</b>	<b>44.10</b>	<b>164.27</b>	<b>1204.28</b>