

2 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.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių kruopų košė (tausojantis)	3Pus	200	9.11	4.03	42.20	246.83
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	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			9.40	10.30	45.60	313.06

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta batatų ir morkų sriuba (tausojantis)(augalinis)	38Sr	150	1.64	2.42	14.33	79.67
Skrebučiai su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	9Pr	8	1.58	1.54	10.38	60.86
Kiaulienos (kumpio) guliašas (tausojantis)	16A	125	18.62	9.09	6.81	181.49
Biri perlinių kruopų košė (tausojantis)(augalinis)	5Gar	70	2.26	0.42	17.37	77.39
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis)	33Sa	80	1.45	5.71	6.82	80.16
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
Vanduo paskanintas vaisiais	10G	150	0.05	0.03	0.69	2.33
Vaisiai	2Pr	100	0.40	0.40	13.00	53.00
Iš viso:			26.55	19.79	72.44	548.57

Vakarienė 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis)	6Va	140	19.05	9.30	37.30	307.25
Grietinės 30% padažas	1Pa	20	0.35	3.83	1.06	40.18
Trintos šaldytos uogos	5Pr	20	0.23	0.12	3.38	10.93
Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus	1G	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			19.63	13.25	41.75	358.36
Iš viso (dienos davinio):			55.59	43.34	159.79	1219.99

2 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.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška miežinių kruopų košė (tausojantis)	9Pus	200	7.06	3.05	30.41	174.40
Sviestas 82%	1Pr	7.5	0.04	6.15	0.06	55.73
Duona su sviestu ir pomidoru	1Pav	60	2.77	4.00	15.11	104.29
Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			9.87	13.20	45.58	334.42

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių (bulvių, morkų, kopūstų, žirnelių) sriuba (tausojantis)(augalinis)	35-1Sr	150	1.32	3.11	7.71	58.92
Duona	7Pr	25	1.98	0.40	11.08	54.25
Varškės 9% pudingas (tausojantis)	29Va	160	21.75	14.18	20.80	297.39
Trintos šaldytos uogos	5Pr	40	0.47	0.23	6.76	21.85
Grietinė 15 %	18Pr	15	0.63	2.25	0.45	24.75
Morkų lazdelės	3Sa	50	0.50	0.10	4.35	15.50
Vaisiai	2Pr	150	0.56	0.56	18.20	74.20
Vanduo paskanintas vaisiais	10G	150	0.05	0.03	0.69	2.33
Iš viso:			27.25	20.86	70.04	549.19

Vakarienė 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su vištiena (kumpelių mėsa)	52A	130/40	18.76	8.61	30.66	271.62
Grietinės 30%- pomidorų padažas	8Pa	20	0.47	3.47	1.90	40.56
Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus	1G	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			19.23	12.08	32.56	312.18
Iš viso (dienos davinio):			56.35	46.14	148.17	1195.78

2 savaitė
Trečiadienis

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



Pusryčiai 8:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su manų kruopomis	81 Pus	100	10,47	15,24	6,29	193,94
Batonas su sélenomis	8Pr	25	1,98	1,13	12,98	69,00
Daržovių salotos	81 pus.	70	0,81	4,99	3,39	62,57
Kmynų arba pankolių arbata be cukraus	2G	200	0,20	0,15	0,50	3,33
Iš viso:			13,46	21,51	23,16	328,84

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lęšių sriuba su bolivine balanda (ankštinis patiekalas) (augalinis) (tausojantis)	33Sr	150	6,20	3,11	17,89	117,03
Duona	7Pr	25	1,98	0,40	11,08	54,25
Karališki balandėliai (kiaulienos kumpis, kopūstai) (tausojantis)	14A	90	14,58	8,57	6,72	160,27
Virtos bulvės (tausojantis)(augalinis)	1Gar	100	2,06	0,10	18,85	83,43
Grietinės 30%- pomidorų padažas	8Pa	20	0,47	3,47	1,90	40,56
Paprika	18Sa	30	0,39	0,15	1,98	8,70
Rauginti ar marinuoti, ar švieži agurkai	5Sa	40	0,20	0,04	1,40	6,64
Ridikai	17Sa	40	0,40	0,04	1,64	6,40
Vaisiai	2Pr	130	0,52	0,52	16,90	68,90
Vanduo paskanintas vaisiais	11G	150	0,06	0,02	0,83	3,23
Iš viso:			26,85	16,41	79,18	549,41

Vakarienė 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skryliai (tausojantis)	24va	120	7,76	3,27	43,62	231,17
Grietinė 30%	6Pr	20	0,48	6,00	0,62	58,60
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
Iš viso:			13,6	13,15	54,92	384,28
Iš viso (dienos davinio):			53,91	51,07	157,26	1262,53

2 savaitė
Ketvirtadienis

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.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo makaronai su fermentiniu sūriu 45% (tausojantis)	5Pus	200	12.65	13.53	53.14	393.20
Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus	1G	150	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			12.65	13.53	53.14	393.20

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių-perlinių kruopų sriuba (ankštinis patiekalas) (augalinis) (tausojantis)	6Sr	150	3.00	4.82	14.19	106.73
Kepta kalakutienos filė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	27A	80	20.89	5.16	5.78	152.48
Bulvių košė (tausojantis)	2Gar	90	2.02	2.65	14.56	89.36
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su bazilikų padažu (augalinis)	28Sa	50	0.49	3.13	1.85	33.75
Cukinijos	19Sa	30	0.36	0.03	1.02	4.80
Konservuoti kukurūzai	20Pr	20	0.58	0.12	4.40	20.60
Vaisiai	2Pr	150	0.60	0.60	19.50	79.50
Vanduo paskanintas vaisiais	10G	150	0.05	0.03	0.69	2.33
Iš viso:			27.99	16.54	61.99	489.54

Vakarienė 15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sklindžiai su varške 9%	31va	130	14.10	12.94	46.70	355.69
Trintos šaldytos uogos	5Pr	20	0.23	0.12	3.38	10.93
Kmynų arba pankolių arbata be cukraus	2G	200	0.20	0.15	0.50	3.33
Iš viso:			14.53	13.20	50.58	369.95
Iš viso (dienos davinio):			55.17	43.27	165.71	1252.69

2 savaitė
Penktadienis

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	
Pieniška 3 grūdų dribsnių (avių, miežių ir kviečių dribsnių) košė (tausojantis)	6Pus	190	7.51	3.35	29.14	187.49
Sviestas 82%	1Pr	5	0.03	4.10	0.04	37.15
Trintos uogos	4Pa	30	0.39	0.19	5.01	15.75
Grūdėta varškė 7%	26Pr	100	12.00	7.00	2.70	119.00
Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			19.92	14.64	36.89	359.40

Pietūs 12:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	8-1Sr	150	1.26	1.66	7.73	46.02
Duona	7Pr	25	1.98	0.40	11.08	54.25
Kepta lašišos filė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	36A	75	16.30	12.63	0.12	179.01
Ryžiai su daržovėmis (tausojantis)	10Gar	80	1.75	2.41	12.53	76.82
Ridikų salotos su morkomis, obuoliais ir šalto spaudimo nerafinuotu aliejumi (augalinis)	32Sa	60	0.54	1.61	4.28	29.87
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
Vaisiai	2Pr	150	0.60	0.60	19.50	79.50
Vanduo paskanintas vaisiais	12G	150	0.05	0.02	0.75	2.85
Iš viso:			22.92	19.43	58.26	478.39

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%) perlinių kruopų sriuba (tausojantis)	36Sr	200	5.39	6.96	19.98	160.15
Duona su sviestu 82% ir sėklomis	18Pav	50	5.00	8.03	19.31	153.37
Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus	1G	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Iš viso:			10.38	15.0	39.29	313.52
Iš viso (dienos davinio):			53.22	49.06	134.44	1151.31