



KAUNO VISUOMENĖS SVEIKATOS CENTRAS

Biudžetinė įstaiga, K.Petrausko g. 24, 44156 Kaunas, tel. (8 37) 33 16 88, faks. (8 37) 33 16 80,
el. p. info@kaunovsc.sam.lt. Duomenys kaupiami ir saugomi Juridinių asmenų registre, kodas 191349265

VALGIARAŠČIO VERTINIMO PAŽYMA

2014 m. rugsėjo 22 d. Nr.VV-M181 (6)

Kaunas

Bendrojo ugdymo mokyklos pavadinimas, adresas: **Kauno Martyno Mažvydo pagrindinė mokykla Šiaurės pr. 55, Kaunas**

Maisto tiekimo įmonės pavadinimas, adresas: **Kauno Martyno Mažvydo pagrindinė mokykla Šiaurės pr. 55, Kaunas**

Valgiaraštį sudariusio asmens vardas, pavardė, pareigos: **Vitalija Steponienė**

Nustatyta: (kokiais teisės aktais vadovaujantis atliktas vertinimas, kokie vertinimo rezultatai, kuo remiantis šie rezultatai gauti)

Valgiaraščio vertinimas atliktas vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2011 m. lapkričio 11 d. įsakymo Nr. V-964 „Dėl maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašo patvirtinimo“ (toliau- Tvarkos aprašas) reikalavimais. Įvertinus pateiktą 11-18 m. vaikų pusryčių, pietų (15 dienų) valgiaraštį nustatyta, kad valgiaraštis atitinka aukščiau minėto tvarkos aprašo reikalavimus.

Vertinimo išvada: (nurodyti, kokių teisės aktų (teisės akto pavadinimas, straipsnis, dalis, punktas, papunktis) pažeidimai nustatyti)

Valgiaraštis atitinka Tvarkos aprašo reikalavimus.

Nurodymas:

Nėra.

Vertinimo pažyma surašyta 2 egzemplioriais.

Vertinimą atliko:

Vyriausioji specialistė
(atlikusio asmens pareigos)



(parašas)

Loreta Piešinė

(vardas ir pavardė)



KAUNO VISUOMENĖS SVEIKATOS CENTRAS

Biudžetinė įstaiga, K.Petrausko g. 24, 44156 Kaunas, tel. (8 37) 33 16 88, faks. (8 37) 33 16 80,
el. p. info@kaunovsc.sam.lt. Duomenys kaupiami ir saugomi Juridinių asmenų registre, kodas 191349265

VALGIARAŠČIO VERTINIMO PAŽYMA

2014 m. rugsėjo 22 d. Nr.VV-M180 (6)

Kaunas

Mokyklos pavadinimas, adresas: **Kauno Martyno Mažvydo pagrindinė mokykla Šiaurės pr. 55, Kaunas**

Maisto tiekimo įmonės pavadinimas, adresas: **Kauno Martyno Mažvydo pagrindinė mokykla Šiaurės pr. 55, Kaunas**

Valgiaraštį sudariusio asmens vardas, pavardė, pareigos: **Vitalija Steponienė**

Nustatyta: (kokiais teisės aktais vadovaujantis atliktas vertinimas, kokie vertinimo rezultatai, kuo remiantis šie rezultatai gauti)

Valgiaraščio vertinimas atliktas vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2011 m. lapkričio 11 d. įsakymo Nr. V-964 „Dėl maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašo patvirtinimo“ (toliau- Tvarkos aprašas) reikalavimais. Įvertinus pateiktą 6-10 m. vaikų pusryčių, pietų (15 dienų) valgiaraštį nustatyta, kad valgiaraštis atitinka aukščiau minėto tvarkos aprašo reikalavimus.

Vertinimo išvada: (nurodyti, kokių teisės aktų (teisės akto pavadinimas, straipsnis, dalis, punktas, papunktis) pažeidimai nustatyti)

Valgiaraštis atitinka Tvarkos aprašo reikalavimus.

Nurodymas:

Nėra.

Vertinimo pažyma surašyta 2 egzemplioriais.

Vertinimą atliko:

Vyriausioji specialistė

(atlikusio asmens pareigos)



(parašas)

Loreta Piešinė

(vardas ir pavardė)

KAUNO M. MAŽVYDO
PAGRINDINĖ MOKYKLA,
Šiaurės pr 55, Kaunas

MOKINIŲ MAITINIMO VALGYKLOJE PERSPEKTYVINIAI VALGIARAŠČIAI

Mokyklos darbo grafikas: 8.00-17.00val

Mokiniai maitinami šiuo grafiku:

-1-4 KLASĖS MOKINIAMS PUSRYČIAI DENGIAMI 8:45-8:55 VAL.

1-2-KLASES MOKINIAMS PIETŪS DENGIAMI 9:40-10:00 VAL.

3-4 KLASIŲ MOKINIAMS PIETŪS DENGIAMI 10:45-11:05 VAL.

5-10 KLASIŲ MOKINIAMS PUSRYČIAI DENGIAMI 9:40-10:00 VAL.

5-10 KLASIŲ MOKINIAMS PIETŪS DENGIAMI 11:50-12:05 VAL.

ARBA 12:50-13:00 VAL.

MAITINIMO PASLAUGŲ TIEKĖJAS UAB "STEJA"

Įmonės kodas 133686141.

ug.ad. Kovo M 01105 56-84 Kaunas

Valgiaraštį pagal rekomendaciją paruošė direktorė

Vitalija Steponienė



Tvirtinu
Juzė Grigalienė
Mokyklės direktorė

M. MAŽVYDO PAGRINDINĖS MOKYKLOS PERSPEKTYVINIS VAEGIARAŠTIS SU MAISTINĖS IR ENERGETINĖS VERTĖS GAMINYJE PASKAIČIAV I-IV KLASIŲ MOKINIAMS

PUSRYČIAI

I KOMPLEKSAS

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė
PIRMADIENIS					
Sumuštinis su sūriu	30/20/50	15,58	18,82	31,07	363,64
Arbata su cukrumi	200	0	0	19,96	75,80
Krekeriai su kmynais	45	4,37	4,68	30,69	184,95
VISO:		19,95	23,51	81,72	524,39
ANTRADIENIS					
Lietiniai su varške, grietine	80/10	5,96	20,0956	66,592	302,224
Bananas	150	2,25	0,15	3,00	133,50
Arbata su cukrumi	200	0	0	19,96	75,80
VISO:		8,21	20,2456	89,552	512,524
TREČIADIENIS					
O mletas su žaliais žirneliais	55/20	6,873	12,996	98,238	369,79
Arbata su cukrumi	200	0	0	19,96	75,80
Duona juoda	20	1,880	0,260	10,260	43,40
Obuolys	60	2,40	0	5,94	24,325
VISO:		11,153	13,256	134,39	513,315
KETVIRTADIENIS					
Tiršta manų košė su sviestu	200/10	8,116	10,283	57,231	264,642
Džemas obuolių	30	0,004	0	0,687	21,01
Kakava su pienu	200	4,252	3,55	30,314	164,34
Sausainiai fabrikiniai	15	1,13	1,77	11,16	63,15
VISO:		13,51	15,61	99,22	515,13
PENKTADIENIS					
Varskes spygliukai	100	12,00	6,69	21,07	193,09
Grietine 30 %	30	0,72	9,00	0,94	87,90
Krekeriai su kmynais	40	3,88	4,16	27,28	164,40
Arbata su cukrumi	200	0	0	19,95	75,80
VISO:		16,6	19,85	69,24	521,19
Vidutiniškai iš viso per dieną:		13,8846	18,4943	94,8244	517,226

SUDERINTA

Kauno visuomenės

20 11 m. rupejio 22 d.

Valgiaraščio vertinim

VV-1180/6)



M. MAŽVYDO PAGRINDINĖS MOKYKLOS PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS SU
MAISTINĖS IR ENERGETINĖS VERTĖS GAMINYJE PASKAIČIAVIMU
K-IV KLASIŲ MOKINIAMS

PUSRYČIAI

su,
II KOMPLEKSAS

Patiekalo pavadinimas	Išeiğa	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė
PIRMADIENIS					
Sumuštinis su virta dešra	60/60/10	13.4	21,92	31.07	379.44
Arbata su cukrumi	200	0	0	19.95	75.80
Obuolys	260	1.04	-	51.88	117.00
VISO:		19,92	21,91	76,96	513,74
ANTRADIENIS					
Sklindžiai su varške ir dzemu	80/30	9,37	4,798	43,874	244,571
Pienas 2,5 proc.riebumo	200	5.6	5,6	9,41	102,17
Bandelė su cinamonu	40	3,77	7,43	9,823,27	165.74
VISO:		18,74	17,88	76,56	512,49
TREČIADIENIS					
Jogurtas 1,5 proc. riebumo	125	6,25	1,875	6,25	87.512
Kakava su pienu	200	4,252	3,55	30,314	164.34
Obuolys	100	0.4	0.1	9.8	45
Krekeriai su kmynais	55	5.34	5.72	37.51	226.05
VISO:		16,25	11,25	74,08	522,91
KETVIRTADIENIS					
Ryžių košė	200	4,88	5,328	57,96	292.44
Džemas obuolių	30	0,004	0	0,687	71.001
Arbata su cukrumi	200	0	0	19,96	75.80
Sausainiai fabrikiniai	30	1,53	3,54	22,32	126.30
VISO:		6,41	8,868	78,612	515,54
PENKTADIENIS					
Koldūnai su mėsa ir grietine	100/20	7,53	12,115	22,285	218.415
Kakava su pienu	200	4,252	3,55	30,314	164.34
Bananas	150	2.25	0,150	31.5	133.50
VISO:		14,282	15,815	84,099	516,255
Vidutiniškai iš viso per dieną:		15,1204	16,9663	78,0622	516,187

SUDERINTA

Kauno visuomenės sveikatos centras

20. M. m. rugpjūčio 22 d.

Valgiaraščio vertinimo pažyma Nr.

vv - M181(6)



Handwritten initials



Handwritten signature

M. MAŽVYDO PAGRINDINĖS MOKYKLOS PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS SU MAISTINĖS IR ENERGETINĖS VERTĖS GAMINYJE PASKAIČIAVIMU I-IV KLASIŲ MOKINIAMS

**PUSRYČIAI-
SŪN I
III KOMPLEKSAS**

Patiekalo pavadinimas	Išciga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė
PIRMADIENIS					
Kiaulienos kukulis su padažu	60/20	7.766	13,666	11,538	196,24
Bulvių košė su pienu	75	1,725	0,345	12,78	60,450
Šviežių darž salotos	20	25,00	1,870	1,5710	21,760
Kakava su pienu	200	4,252	3,55	30,314	164,34
Sausainiai fabrikiniai	20	1,50	5,36	14,88	83,40
VISO:		50,243	24,591	70,04	526,20
ANTRADIENIS					
Kepti varškėčiai su grietine	150/20	28,38	24,38	17,86	396,25
Bananas	75	1,125	0,075	1,50	66,750
Arbata su cukrumi	200	0	0	19,96	75,80
VISO:		29,505	24,455	40,82	537,80
TREČIADIENIS					
Lietinis blyn su ol sūriu su grietine	150/40	8,883	9,996	81,678	431,95
Pienas 2,5 proc. riebumo	200	5,6	5,6	9,4	102,12
VISO:		14,483	15,596	91,078	534,04
KETVIRTADIENIS					
Tiršta avižinių dr. košė su sviestu	200/20	9,826	10,283	55,2308	249,882
Džemas obuolių	30	0,004	0	0,687	21,01
Kakava su pienu	200	4,252	3,55	30,314	164,34
Obuolys	240	9,60	0	23,76	97,3
VISO:		23,682	13,833	109,9918	532,542
PENKTADIENIS					
Koldūnai su vištiena ir sviestu	120/20	9,036	14,53	36,456	297,982
Arbata su cukrumi	200	0	0	19,95	75,80
Sausainiai fabrikiniai	10	0,75	2,68	7,44	41,70
Obuolys	240	9,6	0	23,76	97,3
VISO:		19,386	17,21	85,606	512,782
Vidutiniškai iš viso per dieną:		26,4589	19,156	79,5071	535,8548

SUDERINTA
Kauno visuomenės sveikatos centras
2014 m. *rupejio* d.
Valgiaraščio vertinimo pažyma Nr. *vv-1418116*



M. MAŽVYDO PAGRINDINĖS MOKYKLOS PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS SU MAISTINĖS IR ENERGETINĖS VERTĖS GAMINYJE PASKAIČIAVIMU V-X KLASIŲ MOKINIAMS

PUSRYČIAI

I KOMPLEKSAS

Patiekalo pavadinimas	Išciga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė
PIRMADIENIS					
Sumuštinis su sūriu, sviestu	30/50/20	15,58	18,82	31,07	363,64
Arbata su cukrumi	200	0	0	19,96	75,80
Sausainiai fabrikiniai	50	3,75	13,4	37,2	208,50
VISO:		19,33	32,22	88,23	647,94
ANTRADIENIS					
Lietiniai su varške, grietine	80/20	7,45	22,1238	83,74	377,780
Bananas	150	2,25	0,15	3,00	133,50
Arbata su cukrumi	200	0	0	19,96	75,80
VISO:		10,458	22,2738	73,737	643,80
TREČIADIENIS					
O mletas su žaliais žirneliais	55/20	6,873	12,996	98,238	369,79
Pienas 2,5 proc. riebumo	200	5,6	5,6	9,4	102,12
Obuolys	240	9,6	0	23,76	97,3
Duona juoda	20	1,880	0,260	10,260	43,40
VISO:		23,953	18,286	114,838	612,61
KETVIRTADIENIS					
Tiršta manų košė su sviestu	300/15	12,174	15,4245	85,8465	396,963
Džemas obuolių	30	0,004	0	0,687	21,01
Kakava su pienu	200	4,252	3,55	30,314	164,34
Obuolys	120	4,8	0	11,88	48,65
VISO:		21,2264	18,9745	128,7275	630,95
PENKTADIENIS					
Varskes spygliukai	100	12,00	6,69	21,07	193,09
Grietine 30%	30	0,72	9,00	0,94	87,9
Bandele su cinamonu	30	2,804	5,5705	17,482	124,303
Obuolys	240	9,6	0	23,76	97,3
Arbata su cukrumi	200	0	0	19,95	75,80
VISO:		25,124	21,2605	83,202	578,3935
Vidutiniškai iš viso per dieną:		22,8522	22,6029	98,2789	626,4907

SUDERINTA

Kauno visuomenės sveikatos centras

2014 m. rugpjūčio 22 d.

Valgiaraščio vertinimo pažyma Nr. VV-M181(6)



**M. MAŽVYDO PAGRINDINĖS MOKYKLOS PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS SU
MAISTINĖS IR ENERGETINĖS VERTĖS GAMINYJE PASKAIČIAVIMU
V-X KLASIŲ MOKINIAMS**

PUSRYČIAI

II KOMPLEKSAS

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė
PIRMADIENIS					
Sumuštinis su virta dešra	60/60/10	13,4	21,92	31,07	379,44
Arbata su cukrumi	200	0	0	19,95	75,80
Obuolys	260	1,04	-	51,88	117,00
Olandiskas suris	25	5,925	7,625	5,25	94,25
VISO:		20,365	29,545	108,15	666,49
ANTRADIENIS					
Sklindžiai su varške ir dzemu	160/60	18,74	9,596	87,748	489,142
Pienas 2,5 proc.riebumo	200	5,6	5,6	9,41	102,17
Obuolys	100	0,4	0,0	9,8	45
VISO:		24,74	15,196	106,958	636,312
TREČIADIENIS					
Cepelinai v. bulviu su mesa, pad	150/30	8,9115	11,4525	42,8925	289,227
Kakava su pienu	200	4,252	3,55	30,314	164,34
Krekeriai su kmynais	55	15,533	5,72	37,51	226,05
VISO:		19,2205	20,7225	110,7165	679,617
KETVIRTADIENIS					
Ryžių košė	300	7,32	7,992	86,94	438,66
Džemas obuolių	30	0,004	0	0,687	71,001
Arbata su cukrumi	200	0	0	19,96	75,80
Obuolys	100	0,4	0,0	9,8	45
VISO:		7,724	7,992	117,387	630,461
PENKTADIENIS					
Koldūnai su mėsa ir grietine	100/20	7,53	12,115	22,285	218,415
Kakava su pienu	200	4,252	3,55	30,314	164,34
Bananas	300	4,5	0,3	63	267,00
VISO:		16,282	15,85	115,559	649,755
Vidutiniškai iš viso per dieną:		17,1563	16,4231	108,4601	653,98

SUDERINTA

Kauno visuomenės s...

2014 m. *[signature]*

Valgiaraščio vertinimo paž...

22
VV-1480/61



M. MAŽVYDO PAGRINDINĖSMOKYKLOS PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS SU MAISTINĖS IR ENERGETINĖS VERTĖS GAMINYJE PASKAČIAVIMU V-X KLASIŲ MOKINIAMS

PUSRYČIAI-

III KOMPLEKSAS

Patiekalo pavadinimas	Išeiğa	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energetinė vertė
PIRMADIENIS					
Kiaulienos kukulis su padažu	60/20	7,766	13,666	11,538	196,24
Bulvių košė su pienu	75	1,725	0,345	12,78	60,450
Šviežių darž salotos	20	25,00	1,870	1,5710	21,760
Kakava su pienu	200	4,252	3,55	30,314	164,34
Sausainiai fabrikiniai	40	3,00	10,72	29,76	166,80
VISO:		51,743	29,951	84,92	609,60
ANTRADIENIS					
Kepti varškėčiai su grietine	150/20	28,38	24,38	17,86	396,25
Bananas	150	2,25	0,15	3,00	133,50
Arbata su cukrumi	200	0	0	19,96	75,80
VISO:		30,63	24,53	40,82	605,55
TREČIADIENIS					
Lietinis blyn su ol sūriu su grietine	150/40	8,883	9,996	81,678	431,95
Pienas 2,5 proc. riebumo	200	5,6	5,6	9,4	102,12
Obuolys	240	9,6	0	23,76	97,3
VISO:		24,083	15,596	114,838	631,37
KETVIRTADIENIS					
Tiršta ryžių košė su sviestu	300/20	14,174	15,4245	82,8465	374,823
Džemas obuolių	30	0,004	0	0,687	21,01
Kakava su pienu	200	4,252	3,55	30,314	164,34
Obuolys	120	4,8	0	11,88	48,65
VISO:		23,2264	18,9745	121,7275	627,46
PENKTADIENIS					
Koldūnai su vištiena ir sviestu	120/20	9,036	14,53	36,456	297,982
Arbata su cukrumi	200	0	0	19,95	75,80
Bandele su cinamonu	50	4,704	7,9805	22,482	166,243
Obuolys	240	9,6	0	23,76	97,3
VISO:		32,412	22,5105	102,648	637,325
Vidutiniškai iš viso per dieną:		32,4162	22,3125	92,9907	622,261
SUDERINTA					

Kauno visuomenės sveikatos ce...

20.14 m. rugpjūtį 22 d. VV-4180(16)

Valgiaraščio vertinimo pažyma Nr.

PARUOŠTAS 2014-2015 PATVIRTINTAS

1 savaitė

psl.1

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS 2014-15 m.

I VARIANTAS PIRMAIDIENIS

PJETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Patiekalo pavadinimas	išieiga g/β	R	A	Kcal
Barščiai su bulvėmis	250/10	2,470	8,170	18,620
Juoda duona	20	1,880	0,260	10,260
Varškės apkepasis (tausojamasis pat)	100	14,950	9,080	18,720
Čirotinė 30%	15	0,360	4,500	0,470
Sultys ar sulčių gėrimas	200	0,760	0,100	24,760
Vaisiai ar daržovės	150	2,280	0,900	41,820
		22,700	23,010	114,650
				744,140

II VARIANTAS

PJETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Patiekalo pavadinimas	išieiga g/β	R	A	Kcal
Barščiai su bulvėmis	250/10	2,470	8,170	18,620
Juoda duona	20	1,880	0,260	10,260
Mieliniai blynai su obuoliais	100	7,250	17,890	36,230
Čirotinė	15	0,050	0,000	10,640
Kimrožių gėrimas	200			56,580
Vaisiai ar daržovės	100	1,520	0,600	27,880
		13,170	26,920	103,630
				732,740

PJETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

Patiekalo pavadinimas	išieiga g/β	R	A	Kcal
Barščiai su bulvėmis	250/10	2,470	8,170	18,620
Juoda duona	20	1,880	0,260	10,260
Varškės apkepasis (tausojamasis pat)	84A	22,430	13,620	28,090
Čirotinė 30%	20	0,480	6,000	0,620
Sultys ar sulčių gėrimas	200	0,760	0,100	24,760
Vaisiai ar daržovės	100	1,520	0,600	27,880
		29,540	28,750	110,230
				811,740

PJETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

Patiekalo pavadinimas	išieiga g/β	R	A	Kcal
Barščiai su bulvėmis	250/10	2,470	8,170	18,620
Juoda duona	20	1,880	0,260	10,260
Mieliniai blynai su obuoliais	68A	10,880	26,840	54,340
Čirotinė	15	0,050	0,000	10,640
Kimrožių gėrimas	200			56,580
Vaisiai ar daržovės	100	1,520	0,600	27,880
		16,800	35,870	121,740
				897,360



I VARIANTAS ANTRADIENIS

PĖTŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Patickalo pavadinimas	išciga g/β	R	A	Kcal	
Patickalo pavadinimas	250	6,450	7,320	24,320	190,850
Pieniška makaronų sriuba	20	1,880	0,260	10,260	43,400
Juoda duona	75	5,380	21,290	0,630	215,280
Parūkytos dešrelės	10	0,070	8,260	0,080	74,400
Sviestas	50	1,130	1,890	8,090	53,380
Įbulvių košė	40	55,000	3,670	2,510	41,760
Sv. daržovių salotos(kopūstų)	200	0,230	0,200	21,090	83,550
Obuolių kompotas	70,140	42,890	66,980	702,620	

II VARIANTAS

PĖTŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Patickalo pavadinimas	išciga g/β	R	A	Kcal	
Patickalo pavadinimas	250	6,450	7,320	24,320	190,850
Pieniška makaronų sriuba	20	1,880	0,260	10,260	43,400
Juoda duona	150	26,550	13,440	21,610	307,370
Plovas su paukščienu(tausojantis pat)	40	1,120	0,000	0,520	6,400
Martinuoti ar rauginoti agurkai	150	0,170	0,150	15,820	62,660
Obuolių kompotas	100	1,520	0,600	27,880	112,000
Vaisiai ar daržovės	37,690	21,770	100,410	722,680	

PĖTŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

psl.2

Patickalo pavadinimas	išciga g/β	R	A	Kcal	
Patickalo pavadinimas	250	6,450	7,320	24,320	190,850
Pieniška makaronų sriuba	20	1,880	0,260	10,260	43,400
Juoda duona	100	7,180	28,390	0,840	287,040
Parūkytos dešrelės	10	0,070	8,260	0,080	74,400
Sviestas	100	2,250	3,790	16,190	106,760
Įbulvių košė	40	55,000	3,670	2,510	41,760
Sv. daržovių salotos(kopūstų)	200	0,230	0,200	21,090	83,550
Obuolių kompotas	73,060	51,890	75,290	827,760	

PĖTŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

Patickalo pavadinimas	išciga g/β	R	A	Kcal	
Patickalo pavadinimas	250	6,450	7,320	24,320	190,850
Pieniška makaronų sriuba	20	1,880	0,260	10,260	43,400
Juoda duona	200	35,400	17,920	28,810	409,830
Plovas su paukščienu(tausojantis pat)	50	1,400	0,000	0,650	8,000
Martinuoti ar rauginoti agurkai	150	0,170	0,150	15,820	62,660
Obuolių kompotas	100	1,520	0,600	27,880	112,000
Vaisiai ar daržovės	46,820	26,250	107,740	826,740	



Direktorė
Vitalija Steponienė

SUDERINTA
Kauno visuomenės sveikatos centras
2014 m. rugpjūtį

Valgiarašio vertinimo pažyma Nr. IV-M18016

IV-M1816



Mokyklų direktorė
Juvė Grigalienė

I VARIANTAS TRECIAJIENIS

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Pateikalo pavadinimas	14Sr	išieiga g/β	R	A	Kcal	
Krupių sriuba su bulvėmis (ryžiai)	14Sr	250	1.860	5.290	17.640	120.000
Juoda duona	1S	40	2.960	0.520	20.520	86.800
Bulviniai piršteliai su varške(tausojančiais pat.)	58A	100	35.000	10.510	0.450	97.520
Sviesto-grietinės padažas	3P	30	0.530	15.770	0.670	146.280
Sultys ar sulčių gėrimas		200	0.760	0.100	24.760	120.000
Vaisiai ar daržovės		150	2.280	0.900	41.820	168.000
		43.390	33.090	105.860	738.600	

II VARIANTAS

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Pateikalo pavadinimas	14Sr	išieiga g/β	R	A	Kcal	
Krupių sriuba su bulvėmis (ryžiai)	14Sr	250	1.860	5.290	17.640	120.000
Juoda duona	1S	40	2.960	0.520	20.520	86.800
"Žemaičių" blynai su kalakutienu	56A	100	7.240	8.900	25.120	206.080
Sviesto-grietinės padažas	3P	20	0.350	10.510	0.450	97.520
Obuolių kompotas	12G	200	0.230	0.200	21.090	83.550
Vaisiai ar daržovės		100	1.520	0.600	27.880	112.000
		14.160	26.020	112.700	705.950	



Direktore
Vitalija Steponienė

SUDERINTA
Kauno visuomenės sveikatos centras

2014 m. rugpjūčio 22 d.

Valgiarašio vertinimo pažyma Nr. VU-141806d
W-141816j



Mokymo direktorė
Vilija Grigalienė

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

psl.3

Pateikalo pavadinimas	14Sr	išieiga g/β	R	A	Kcal	
Krupių sriuba su bulvėmis (ryžiai)	14Sr	250	1.860	5.290	17.640	120.000
Juoda duona	1S	20	1.880	0.260	10.260	43.400
Bulviniai piršteliai su varške(tausojančiais pat.)	58A	150	7.890	3.990	42.960	235.390
Sviesto-grietinės padažas	3P	30	0.550	15.770	0.670	146.280
Sultys ar sulčių gėrimas		200	0.760	0.100	24.760	120.000
Vaisiai ar daržovės		150	2.280	0.900	41.820	168.000
		15.200	26.310	138.110	833.070	

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Pateikalo pavadinimas	14Sr	išieiga g/β	R	A	Kcal	
Krupių sriuba su bulvėmis (ryžiai)	14Sr	250	1.860	5.290	17.640	120.000
Juoda duona	1S	20	1.880	0.260	10.260	43.400
"Žemaičių" blynai su kalakutienu	56A	200	14.470	17.810	50.230	412.170
Grietinės padažas	1P	40	0.710	7.680	2.120	60.290
Obuolių kompotas	12G	200	0.230	0.200	21.090	83.550
Vaisiai ar daržovės		100	1.520	0.600	27.880	112.000
		20.670	31.840	129.220	833.310	

I VARIANTAS KETVIRTADIENIS

psl. 4

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

Patiekalo pavadinimas	išciga g B	R	A	Kcal
Patiekalo pavadinimas	25Sr	6,910	7,900	23,890
Pieniška kruopų (grikių) sriuba	20	1,880	0,260	10,260
Juoda duona	12A	21,400	30,740	2,050
Kepsnys "Sandra"	4G	100	2,250	3,790
Bulvių košė	45S	50	1,400	0,000
Marinuoti agurkai	12G	200	0,230	0,200
Obuolių kompotas				
		34,070	42,890	74,130
				800,970

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Patiekalo pavadinimas	išciga g B	R	A	Kcal
Patiekalo pavadinimas	25Sr	6,910	7,900	23,890
Pieniška kruopų (grikių) sriuba	40	2,960	0,520	20,520
Juoda duona	50/5/2	14,270	20,490	1,370
Kepsnys "Sandra"	4G	50	1,890	8,090
Bulvių košė	45S	50	1,400	0,650
Marinuoti agurkai		200	0,100	24,760
Sultys ar sulčių gėrimas				
		27,430	30,900	79,280
				705,000

II VARIANTAS

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

Patiekalo pavadinimas	išciga g B	R	A	Kcal
Patiekalo pavadinimas	25Sr	6,910	7,900	23,890
Pieniška kruopų (grikių) sriuba	20	1,880	0,260	10,260
Juoda duona	100	13,570	15,820	16,640
Malti vėleliai (kiauliena) troškintat(taus pat)	2P	40	0,950	6,950
Sviesto-grietinės padažas su pomid pad	4G	100	2,250	3,790
Bulvių košė	45S	50	1,400	0,000
Marinuoti agurkai		200	0,760	0,100
Vaisių kompotas				
		27,720	34,820	96,190
				848,530

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Patiekalo pavadinimas	išciga g B	R	A	Kcal
Patiekalo pavadinimas	25Sr	6,910	7,900	23,890
Pieniška kruopų (grikių) sriuba	40	2,960	0,520	20,520
Juoda duona	50	6,780	7,910	8,320
Malti vėleliai (kiauliena) troškintat(taus pat)	2P	40	0,950	3,800
Sviesto-grietinės padažas su pomid pad	4G	50	1,130	1,890
Bulvių košė	45S	50	1,400	0,650
Marinuoti agurkai		200	0,760	24,760
Vaisių kompotas				
		20,890	25,270	90,030
				709,910



SUDERINTA

Kauno visuomenės sveikatos centras

2014 m. rugpjūčio 22 d.

Valgiaraščio vertinimo pažyma Nr. VV-M180161
VV-M181161

I VARIANTAS PENKTADIENIS

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Patiekalo pavadinimas	11Sr	išciga g	β	R	A	Kcal
Agurkų sriuba	11Sr	250/10	2,890	8,270	18,950	156,500
Juoda duona	1S	40	2,960	0,520	20,520	86,800
Tarakuotų bulvių cepelinai su mėsa	48A	100	6,790	4,190	22,770	153,870
Sviesto-grietinės padažas	3P	20	0,350	10,510	0,450	97,520
Sultys ar sulčių gėrimas		200	0,760	0,100	24,760	120,000
Vaisiai ar daržovės		100	1,520	0,600	27,880	112,000
			15,270	24,190	115,330	726,690

II VARIANTAS

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Patiekalo pavadinimas	11Sr	išciga g	β	R	A	Kcal
Agurkų sriuba	11Sr	250/10	2,890	8,270	18,950	156,500
Juoda duona	1S	40	2,960	0,520	20,520	86,800
Bulvių plokštainis (tausojanis pat)	47A	100	3,430	6,110	24,320	163,820
Sviesto-grietinės padažas	3P	20	0,350	10,510	0,450	97,520
Sultys ar sulčių gėrimas		200	0,760	0,100	24,760	120,000
Vaisiai ar daržovės		100	1,520	0,600	27,880	112,000
			11,910	26,110	116,880	736,640

Papildomai, pagal sezoniskumą, bus tiekiami vaisiai ar daržovės

Vaisiai ar daržovės	100	0,800	0,000	0,000	23,000	120,000
---------------------	-----	-------	-------	-------	--------	---------

Sultys bus tiekiamos obuolių, apelsinų, greifinkų, slyvių, įvairių vaisių ar vaisių-daržovių.

Vaisių kompotas bus teikiamas iš tuo metų laiku esančių šviežių ar citrusinių vaisių.

Pasiekiama teisė atlikti nereikšmingus keitimus. T. y. pakeltas vieno maisto produkto tos pačios maisto produktų grupės kaitu maisto produktu, kai mitybinė vertė nepažeidžia, o energinė vertė pasikeičia ne daugiau kaip dešimt procentų. Šviežių daržovių salotos bus ruošiamos iš tuo metų laiku esančių šviežių daržovių ir užtaisomos aliejumi.



Direktorė
Vitalija Steponienė

SUDERINTA

Kauno visuomenės sveikatos centras

2014 m. *Ungija*

d.š.d.
VV-M180/6/
VV-M181/6/

Valgiaraščio vertinimo pažyma Nr.

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

psl. 5

Patiekalo pavadinimas	11Sr	išciga g	β	R	A	Kcal
Agurkų sriuba	11Sr	250/10	2,890	8,270	18,950	156,500
Juoda duona	1S	40	2,960	0,520	20,520	86,800
Tarakuotų bulvių cepelinai su mėsa	48A	200	13,570	8,360	45,540	307,740
Grietinės padažas	1P	40	0,710	7,680	2,120	80,380
Arbata su citrina	2G	200	0,050	0,030	13,150	51,680
Vaisiai ar daržovės		100	1,520	0,600	27,880	122,000
			21,700	25,460	128,160	807,510

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

Patiekalo pavadinimas	11Sr	išciga g	β	R	A	Kcal
Agurkų sriuba	11Sr	250/10	2,890	8,270	18,950	156,500
Juoda duona	1S	20	1,880	0,260	10,260	43,400
Bulvių plokštainis (tausojanis Pat.)	47A	200	6,830	12,230	48,640	327,640
Grietinės padažas	1P	40	0,710	7,680	2,120	80,290
Arbata su citrina	2G	200	0,050	0,030	13,150	51,680
Vaisiai ar daržovės		150	2,280	0,900	41,820	168,000
			14,640	29,370	134,940	807,510

Vaisiai, uogos ar daržovės	100	0,800	0,000	0,000	23,000	120,000
----------------------------	-----	-------	-------	-------	--------	---------



Direktorė
Jūzė Grigalienė

2 savaitė

6psl

I VARIANTAS

PIRMADIENIS

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Patekalo pavadinimas	Išsiga g	B	R	A	Kcal
Kopūstų sriuba su bulvėmis	250/10	2,460	8,240	14,170	132,880
Juoda duona	40	2,960	0,520	20,520	86,800
Virti varškėčiai (tausojančis pat.)	100	13,580	6,610	26,800	219,760
Grietinė 30%	15	0,360	4,500	0,470	43,950
Sultys ar sulčių gėrimas	200	0,760	0,100	24,760	120,000
Vaisiai ar daržovės	100	1,520	0,600	27,880	112,000
		21,640	20,570	114,600	715,330

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

Patekalo pavadinimas	Išsiga g	B	R	A	Kcal
Kopūstų sriuba su bulvėmis	250/10	2,460	8,240	14,170	132,880
Juoda duona	20	1,880	0,260	10,260	43,400
Virti varškėčiai (tausojančis pat.)	150	20,360	9,920	40,200	329,540
Grietinė 30%	20	0,480	6,000	0,620	58,600
Sultys ar sulčių gėrimas	200	0,760	0,100	24,760	120,000
Vaisiai ar daržovės	100	1,520	0,600	27,880	122,000
		27,460	25,120	117,890	806,420

II VARIANTAS

ANTRADIENIS

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Patekalo pavadinimas	Išsiga g	B	R	A	Kcal
Kopūstų sriuba su bulvėmis	250/10	2,460	8,240	14,170	132,880
Juoda duona	20	1,880	0,260	10,260	43,400
Sklindžiai su obuoliais	100	7,210	12,940	38,420	293,940
Uogienė	15	0,050	0,000	10,640	40,650
Vaisių kompotas	200	0,230	0,200	21,090	83,550
Vaisiai ar daržovės	100	1,520	0,600	27,880	112,000
		13,350	22,240	122,460	706,420

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

Patekalo pavadinimas	Išsiga g	B	R	A	Kcal
Kopūstų sriuba su bulvėmis	250/10	2,460	8,240	14,170	132,880
Juoda duona	20	1,880	0,260	10,260	43,400
Sklindžiai su obuoliais	150	10,820	19,410	57,620	440,900
Uogienė	20	0,060	0,000	14,180	54,200
Vaisių kompotas	150	0,170	0,150	15,820	62,660
Vaisiai ar daržovės	100	1,520	0,600	27,880	112,000
		16,910	28,660	139,930	846,040

Direktorė
Rita Steponienė



SUDERINTA

Kauno visuomenės sveikatos centras

2014 m. rugpjūčio 22 d.
Valgiaaraščių vertinimo pažyma Nr. VV-N180161
VV-N181161

I VARIANTAS ANTRADIENIS

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Pateikalo pavadinimas	1-98	iseiga g B	R	A	Kcal	
Pateikalo pavadinimas						
Pieniška dribsnių sriuba	1-98	250	6,680	7,720	18,918	166,400
Juoda duona	1S	40	2,960	0,520	20,520	86,800
Virtos dešrelės (tausoji pat)	39A,sv	50	3,590	14,200	0,420	143,520
Sviestas	16P	10	0,070	8,260	0,080	74,400
Bulvių košė su pienu	4G	50	1,130	1,890	8,090	53,380
Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais	4S	40	0,440	3,680	3,160	44,260
Sultys ar sulčių gėrimas		200	0,760	0,100	24,760	132,000
			15,630	36,370	75,948	700,760

II VARIANTAS

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Pateikalo pavadinimas	1-98	iseiga g B	R	A	Kcal	
Pateikalo pavadinimas						
Pieniška dribsnių sriuba	1-98	250	6,680	7,720	18,918	166,400
Juoda duona	1S	20	1,880	0,260	10,260	43,400
Paukštiecios kepinukai	33A	50	11,030	8,350	5,710	140,950
Sviesto-grietinės padažas	3P	20	0,350	10,510	0,450	97,520
Biri ryžių kruopų košė	5G	50	1,280	2,340	13,830	78,340
Sv. daržovių salotos(kopūstų)	1S	40	55,000	3,670	2,510	41,760
Sultys ar sulčių gėrimas		200	0,760	0,100	24,760	132,000
			76,980	32,950	76,438	700,370

Direktore
Vitalija Steponiene




SUDERINTA

Kauno visuomenės sveikatos centras

20/4 m. rugpjūtį 2024 d.

Valgiarašio vertinimo pažyma Nr. VV-M180/6/VV-M181/6/

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

7psi

Pateikalo pavadinimas	1-98	iseiga g B	R	A	Kcal	
Pateikalo pavadinimas						
Pieniška dribsnių sriuba	1-98	250	6,680	7,720	18,918	166,400
Juoda duona	1S	20	1,880	0,260	10,260	43,400
Virtos dešrelės (tausojantis pat)	39A,sv	100	7,180	28,390	0,840	287,040
Sviestas	16P	10	0,070	8,260	0,080	74,400
Bulvių košė	4G	75	1,690	2,830	12,130	80,070
Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais	4S	40	0,440	3,680	3,160	44,260
Sultys ar sulčių gėrimas		200	0,760	0,100	24,760	120,000
			18,700	51,240	70,148	815,570

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

Pateikalo pavadinimas	1-98	iseiga g B	R	A	Kcal	
Pateikalo pavadinimas						
Pieniška dribsnių sriuba	1-98	250	6,680	7,720	18,918	166,400
Juoda duona	1S	20	1,880	0,260	10,260	43,400
Paukštiecios kepinukai	33A	100	22,060	16,690	11,410	211,430
Sviesto-grietinės padažas	3P	20	0,350	10,510	0,450	97,520
Biri ryžių kruopų košė	5G	100	2,560	4,680	27,650	156,680
Sv. daržovių salotos(kopūstų)	1S	40	55,000	3,670	2,510	41,760
Sultys ar sulčių gėrimas		200	0,760	0,100	24,760	120,000
			89,290	43,630	95,958	857,190

Z. VIRTINIS




I VARIANTAS KETVIRTA DIENIS

PŪTŪ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Patekalo pavadinimas	Išauga g/β	R	A	Kcal
Patekalo pavadinimas				
Pieniška ryžių kruopų sriuba	250	4,545	4,855	18,614
Juoda duona	40	2,960	0,520	20,520
"Trakų" sūtinukas	75	17,230	17,150	5,600
Sviesto-grietinės padažas	15	0,270	7,890	0,340
Bulvių košė su pienu	50	1,130	1,890	8,090
Marinuotos daržovės (agurkai)	40	1,120	0,000	0,520
Sulys ar sulčių gėrimas	200	0,760	0,100	24,760
		28,015	32,405	78,484
				714,405

PŪTŪ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

Patekalo pavadinimas	Išauga g/β	R	A	Kcal
Patekalo pavadinimas				
Pieniška ryžių kruopų sriuba	250	4,545	4,855	18,614
Juoda duona	20	1,480	0,260	10,260
"Trakų" sūtinukas	100	22,970	22,870	7,470
Sviesto-grietinės padažas	30	0,530	15,770	0,670
Bulvių košė su pienu	75	1,690	2,830	12,130
Marinuotos daržovės (agurkai)	40	1,120	0,000	0,520
Vaisių kompotas	200	0,230	0,200	21,090
		32,505	46,785	70,754
				815,525

II VARIANTAS

PŪTŪ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Patekalo pavadinimas	Išauga g/β	R	A	Kcal
Patekalo pavadinimas				
Pieniška ryžių kruopų sriuba	250	4,545	4,855	18,614
Juoda duona	40	2,960	0,520	20,520
Kakulės "Buratinas" (paukščienu)(tausoj. pat)	70	7,088	18,900	10,590
Sviestas	15	0,110	12,390	0,120
Bulvių košė su pienu	50	1,130	1,890	8,090
Marinuotos daržovės (agurkai)	40	1,120	0,000	0,520
Vaisių kompotas	200	0,760	0,100	24,760
		17,713	38,655	83,214
				723,817

PŪTŪ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

Patekalo pavadinimas	Išauga g/β	R	A	Kcal
Patekalo pavadinimas				
Pieniška ryžių kruopų sriuba	250	4,545	4,855	18,614
Juoda duona	40	2,960	0,520	20,520
Kakulės "Buratinas" (paukščienu)(tausoj. pat)	100	8,990	20,120	14,650
Sviestas	15	0,110	12,390	0,120
Bulvių košė su pienu	75	1,725	0,345	12,780
Marinuotos daržovės (agurkai)	50	2,800	0,000	1,300
Vaisių kompotas	200	0,760	0,100	24,760
		21,890	38,330	92,744
				890,255



SUDERINTA

Kauno visuomenės sveikatos centras

20 14 m. rugpjūtį 2022 d.
 IV-1180/16
 Valgiaraščio vertinimo pažyma Nr. VV-1181/16



I VARIANTAS PENKTAJDIENIS

PĖTŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Patiekalo pavadinimas	išieiga g/B	R	A	Kcal	
Anksminių daržovių sriuba su bulvėmis (žirnių)	250	5,830	5,370	23,410	154,400
Juoda duona	40	2,960	0,520	20,520	86,800
Cepelinai vir bulv su mėsa (kalak) (tausoj. pat)	100	8,370	4,980	21,680	161,890
Sviesto-grietinės padažas	20	0,550	10,510	0,450	97,520
Vaisių kompotas	200	0,230	0,200	21,090	83,550
Vaisiai ar daržovės	100	1,520	0,600	27,880	112,000
	19,260	22,180	115,030	696,160	

II VARIANTAS

PĖTŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Patiekalo pavadinimas	išieiga g/B	R	A	Kcal	
Anksminių daržovių sriuba su bulvėmis (žirnių)	250	5,830	5,370	23,410	154,400
Juoda duona	20	1,480	0,260	10,260	43,400
Virtų bulvių cepelinai su varške	150	9,020	4,580	35,990	217,020
Grietinė 30%	30	0,720	0,000	0,930	87,900
Vaisių kompotas	200	0,230	0,200	21,090	83,550
Sultys ar sulčių gerimas	200	0,760	0,100	24,760	120,000
	18,140	19,510	116,440	706,270	

Papildomai, pagal sezonikumą, bus tiekiami vaisiai ar daržovės

Vaisiai, juogos ar daržovės	100	0,800	0,000	23,600	120,000
-----------------------------	-----	-------	-------	--------	---------

Salties bus tiekiamas obuolių, apelsinų, greifrutų, slyvų, įvairių vaisių ar vaisių-daržovių

Vaisių kompotas bus tiekiamas iš tuo metų laiku esančių šviežių ar citrusinių vaisių



SUDERINTA
Kauno visuomenės sveikatos centras

2014 m. rugpjūtį d. d. d. d.
VI-4180/6
VI-4181/6

Valgiaraščio vertinimo pažyma Nr. VI-4181/6



PĖTŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

Patiekalo pavadinimas	išieiga g/B	R	A	Kcal	
Žirnių sriuba su bulvėmis	250	5,730	5,350	22,540	151,300
Juoda duona	20	1,480	0,260	10,260	43,400
Cepelinai virt bulv su mėsa (kalak) (tausoj. pat)	200	16,740	9,970	43,360	323,780
Grietinė 30%	40	0,960	12,000	1,240	117,200
Vaisių kompotas	200	0,230	0,200	21,090	83,550
Vaisiai ar daržovės	100	1,520	0,600	27,880	112,000
	26,660	28,380	126,370	831,230	

PĖTŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

Patiekalo pavadinimas	išieiga g/B	R	A	Kcal	
Žirnių sriuba su bulvėmis	250	5,730	5,350	22,540	151,300
Juoda duona	40	2,960	0,520	20,520	86,800
Virtų bulvių cepelinai su varške	200	12,020	6,110	47,990	289,360
Sviesto-grietinės padažas	40	0,710	21,030	0,900	195,040
Vaisių kompotas	200	0,230	0,200	21,090	83,550
Sultys ar sulčių gerimas	200	0,760	0,100	24,760	120,000
	21,650	33,210	113,040	806,050	

Vaisiai, juogos ar daržovės	100	0,800	0,000	23,600	120,000
-----------------------------	-----	-------	-------	--------	---------

Pastebėjus neteise atliktą nereikšmingus keitimus, t. y. pakeltus vieną maisto produktų grupės kitu maisto produktu, kai mitybine vertė nepablogėja, o energetinė vertė pasikeičiu ne daugiau kaip dešimt procentų. Šviežių daržovių salotos bus ruošiamos iš tuo metų laiku esančių šviežių daržovių ir užšiosomos aliejum.

3 savaitē

I VARIANTS PIRMADĪENIS

PIETŪ KOMPLEKSAS MOKĪNIJAMS 7-10 metu

Pateikalo pavadināms	isēga g	β	R	A	Kcal
Daržovju sriuba	250/10	2,960	8,250	16,170	147,400
Ļuoda duona	20	1,480	0,260	10,260	43,400
Vārskēs pudīngas(taušojantīs pat.)	100	14,770	8,940	21,180	224,520
Grietinē 30%	30	0,720	9,000	0,930	87,900
Sultys ar sulēju gērimas	200	0,760	0,100	24,760	120,000
Vaislai ar daržovēs	100	1,520	0,600	27,880	112,000
		22,210	27,150	101,180	733,220

II VARIANTS

PIETŪ KOMPLEKSAS MOKĪNIJAMS 7-10 metu

Pateikalo pavadināms	isēga g	β	R	A	Kcal
Daržovju sriuba	250/10	2,960	8,250	16,170	147,400
Ļuoda duona	40	2,960	0,520	20,520	86,800
Kamīšķi bļņnai	100	13,580	17,430	20,060	290,100
Ļogienē	15	0,050	0,000	10,640	40,650
Kimrozju gērimas	200				56,580
Vaislai ar daržovēs	100	1,520	0,600	27,880	112,000
		21,070	26,800	95,270	733,530



SUDERINTA

Kauno visuomenēs sveikatos centras

2014. m. augstse 22 d. VI-M180 (6)
VI-M181 (6)

Valģiamāšēto vertinimo paģyma Nr. _____

pat. 11

PIETŪ KOMPLEKSAS MOKĪNIJAMS 11-18 metu

Pateikalo pavadināms	isēga g	β	R	A	Kcal
Daržovju sriuba	250/10	2,960	8,250	16,170	147,400
Ļuoda duona	20	1,480	0,260	10,260	43,400
Vārskēs pudīngas (taušojantīs pat.)	150	22,150	13,410	31,770	336,480
Grietinē 30%	20	0,480	6,000	0,620	58,600
Sultys ar sulēju gērimas	200	0,760	0,100	24,760	120,000
Vaislai ar daržovēs	100	1,520	0,600	27,880	112,000
		29,350	28,620	111,460	817,880

PIETŪ KOMPLEKSAS MOKĪNIJAMS 11-18 metu

Pateikalo pavadināms	isēga g	β	R	A	Kcal
Daržovju sriuba	250/10	2,960	8,250	16,170	147,400
Ļuoda duona	20	1,480	0,260	10,260	43,400
Kamīšķi bļņnai	150	20,580	26,140	30,090	435,140
Ļogienē	20	0,060	0,000	14,180	54,200
Kimrozju gērimas	200				56,580
Vaislai ar daržovēs	100	1,520	0,600	27,880	112,000
		26,400	35,250	98,580	848,720



I VARIANTAS ANTRADINIS

pat. 12

PJETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Patickalo pavadinimas	1-99	išciga g/β	R	A	Kcal
Leistimukų sriuba	1-99	250	8,384	9,722	227,514
Juoda duona	1S	20	1,480	0,260	43,400
Lietuviškos naminės dešrelės	39A	75	5,380	2,1290	215,280
Sviestas	16P	5	0,035	4,130	37,200
Bulvių košė su pienu	4G	50	1,130	1,890	53,380
Šv. daržovių salotos(kopūstų)	1S	40	55,000	3,670	41,760
Vaisių kompotas	12G	200	0,230	0,200	83,550
			71,639	41,162	702,084

II VARIANTAS

PJETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Patickalo pavadinimas	1-99	išciga g/β	R	A	Kcal
Leistimukų sriuba	1-99	250	8,384	9,722	227,514
Juoda duona	1S	20	1,480	0,260	43,400
Čiulbasas (paaukštinat) (taisojantis pat)	1A	75	25,5	10,78	217,66
Perlines kruopos	6G	50	1,620	2,290	72,960
Burokėlių salotos	16S	40	0,610	5,800	67,980
Vaisių kompotas	12G	200	0,230	0,200	83,550
			37,824	29,052	713,064

PJETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

Patickalo pavadinimas	1-99	išciga g/β	R	A	Kcal
Leistimukų sriuba	1-99	250	8,384	9,722	227,514
Juoda duona	1S	20	1,480	0,260	43,400
Lietuviškos naminės dešrelės	39A	100	7,180	28,390	287,040
Sviestas	16P	5	0,035	4,130	37,200
Bulvių košė	4G	100	2,250	3,790	106,760
Šv. daržovių salotos(kopūstų)	1S	40	55,000	3,670	41,760
Vaisių kompotas	12G	200	0,230	0,200	83,550
			74,559	50,162	827,224

PJETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

Patickalo pavadinimas	1-99	išciga g/β	R	A	Kcal
Leistimukų sriuba	1-99	250	8,384	9,722	227,514
Juoda duona	1S	40	2,960	0,520	86,800
Čiulbasas (paaukštinat) (taisojantis pat)	1A	100	34	14,37	290,21
Perlines kruopos	6G	50	1,620	2,290	72,960
Burokėlių salotos	16S	40	0,610	5,800	67,980
Vaisių kompotas	12G	200	0,230	0,200	83,550
			47,804	32,902	829,014

SUDERINTA

Kauno visuomenės sveikatos centras

20___m.____d.

Valgiaaraščio vertinimo pažyma Nr.



PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Patiekalo pavadinimas	išieiga g/B	R	A	Kcal	
Barsčiai su pupelėmis ir kopūstais	250/10	4,050	8,320	16,550	143,770
Juoda duona	40	2,960	0,520	20,520	86,800
Cepelinai v bulv su mėsa (kiaul) Tausoj. Pat	100	8,200	5,860	21,580	168,980
Sviesto-grietinės padažas	20	0,350	10,510	0,450	97,520
Vaisių kompotas	200	0,230	0,200	21,090	83,550
Vaisiai ar daržovės	100	1,520	0,600	27,880	122,000
		17,310	26,010	108,070	702,620

II VARIANTAS

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Patiekalo pavadinimas	išieiga g/B	R	A	Kcal	
Barsčiai su pupelėmis ir kopūstais	250/10	4,050	8,320	16,550	143,770
Juoda duona	20	1,480	0,260	10,260	43,400
Bulvių plokštainis su paukščienu	100	11,440	15,770	18,170	258,480
Grietinė 30%	30	0,720	9,000	0,930	87,900
Vaisių kompotas	200	0,230	0,200	21,090	83,550
Vaisiai ar daržovės	100	1,520	0,600	27,880	112,000
		19,440	34,150	94,880	729,100



SUDERINTA

Kauno visuomenės sveikatos centras

2014 m. rugpjūčio 22 d. VV-NB0 (6)
Valgiarašio vertinimo pažyma Nr. VV-NB1 (6)

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

Patiekalo pavadinimas	išieiga g/B	R	A	Kcal	
Bulviene su kruopomis	1-13	2,578	2,962	20,870	115,100
Juoda duona	15	1,480	0,260	10,260	43,400
Cepelinai v bulv su mėsa (kiaul) Tausoj pat	53A	16,400	11,720	43,160	337,960
Grietinės padažas	1P	0,890	9,600	2,650	100,480
Vaisių kompotas	12G	0,230	0,200	21,090	83,550
Vaisiai ar daržovės		1,520	0,600	27,880	122,000
		23,098	25,342	125,910	802,490

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

Patiekalo pavadinimas	išieiga g/B	R	A	Kcal	
Bulviene su kruopomis	1-13	2,578	2,962	20,870	115,100
Juoda duona	15	1,480	0,260	10,260	43,400
Bulvių plokštainis su paukščienu	46A	17,160	23,650	27,260	387,720
Grietinės padažas	1P	0,710	7,680	2,120	80,380
Vaisių kompotas	12G	0,230	0,200	21,090	83,550
Vaisiai ar daržovės		1,520	0,600	27,880	122,000
		23,678	35,352	109,480	852,150

I VARIANTAS

KETIVIRTADIENIS

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

lap. 44

	išieiga g/β	R	Λ	Kcal
Patekalo pavadinimas				
1-53	250	5,350	4,985	21,739
Pieniška perlinių kruopų sriuba				147,445
1S	20	1,480	0,260	10,260
43,400				
Juoda duona				
1A papild	75	13,050	6,570	9,870
Netikras žuikis-trošk., Tausoj. pat				131,500
3P	20	0,350	10,510	0,450
Sviesto-grietinės padažas				97,520
3G	100	1,730	3,390	15,590
Bulvių košė				98,610
40	0,610	5,800	4,380	67,980
Burokėlių salotos				120,000
200	0,760	0,100	24,760	
Sultys ar sulčių gėrimas				706,455
	23,330	31,615	87,049	

II VARIANTAS

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

	išieiga g/β	R	Λ	Kcal
Patekalo pavadinimas				
1-53	250	5,350	4,985	21,739
Pieniška perlinių kruopų sriuba				147,445
1S	40	2,960	0,520	20,520
86,800				
Juoda duona				
32A	75	18,090	14,390	0,510
Kepta vištos šlaunelė				203,830
1P	30	0,650	5,760	1,590
Grietinės padažas				60,290
4G	50	1,130	1,890	8,090
Bulvių košė su pienu				53,380
39S	40	0,710	2,700	2,340
Salotos "Kamynas"				35,010
200	0,760	0,100	24,760	120,000
Sultys ar sulčių gėrimas				706,755
	29,630	30,345	79,549	

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

	išieiga g/β	R	Λ	Kcal
Patekalo pavadinimas				
1-53	250	5,350	4,985	21,739
Pieniška perlinių kruopų sriuba				147,445
1S	40	2,960	0,520	20,520
86,800				
Juoda duona				
32A	100	24,120	19,180	0,680
Kepta vištos šlaunelė				271,770
1P	40	0,710	7,680	2,120
Grietinės padažas				80,380
4G	100	2,250	3,790	16,190
Bulvių košė				106,760
39S	40	0,710	2,700	2,340
Salotos "Kamynas"				35,010
200	0,240	0,200	21,090	83,550
Vaisių kompotas				84,679
	36,330	39,055	84,679	

SUDERINTA

Kauno visuomenės sveikatos centras

2014 m. ausis d.Valgiaraščio vertinimo pažyma Nr. VV - M 180 (6)
VV - M 181 (6)Direktore
Vitalija SteponienėVIRTINU
Virtininkė
Virtininkės direktorė

I VARIANTAS

PENKTAJIS

pėl 15

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Patiekalo pavadinimas	Išciga g/B	R	A	Kcal	
Ankštinų daržovių sriuba su bulvėmis (pupelės)	250	5,910	5,430	23,790	152,400
Juoda duona	20	1,480	0,260	10,260	43,400
"Žemaičių" blynai su kiaulienos mėsa	100	7,130	9,460	25,050	210,590
Sviesto-gerietinės padažas	20	0,350	10,510	0,450	97,520
Obuolių kompotas	200	0,230	0,200	21,090	83,550
Vaisiai ar daržovės	100	1,520	0,600	27,880	122,000
		16,620	26,460	108,520	709,460

II VARIANTAS

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 7-10 metų

Patiekalo pavadinimas	Išciga g/B	R	A	Kcal		
Ankštinų daržovių sriuba su bulvėmis (pupelės)	250	5,910	5,430	23,790	152,400	
Juoda duona	20	1,480	0,260	10,260	43,400	
Virtinukai su varške 9%rieb (taisojantis pat)	83A	16,760	13,910	20,050	271,310	
Gerietinė 30%	14P	15	0,240	3,000	0,550	29,300
Arbata su citrina	200	0,050	0,030	13,150	51,680	
Vaisiai ar daržovės	150	2,280	0,900	41,820	168,000	
		26,720	23,530	109,420	716,090	

Papildomai, pagal sezonškumą, bus tiekiami vaisiai ar daržovės

Vaisiai ar daržovės	100	0,800	0,000	23,000	120,000
---------------------	-----	-------	-------	--------	---------

Sulys bus tiekiamas obuolių, apelsinų, ananasų, greiffruktų, slyvų, įvairių vaisių ar vaisių-daržovių

Vaisių kompotas bus tiekiamas iš tuo metų laiku esančių šviežių ar citrusinių vaisių

Pastebėjus neteisėtą ar netinkamą produktų, t. y. paketus vieną maisto produktų grupės kitu maisto produktu, kurio būna vertė nepablogėja, o energetinė vertė pasikeičia ne daugiau kaip dešimti procentų, šviežių daržovių salotos bus ruošiamos iš tuo metų laiku esančių šviežių daržovių ir užtaisomos abiejumi.

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

Patiekalo pavadinimas	Išciga g/B	R	A	Kcal	
Ankštinų daržovių sriuba su bulvėmis (pupelės)	250	5,910	5,430	23,790	152,400
Juoda duona	20	1,480	0,260	10,260	43,400
"Žemaičių" blynai su kiaulienos mėsa	200	14,260	18,920	50,100	421,180
Gerietinės padažas	30	0,650	5,760	1,590	60,290
Arbata su citrina	200	0,050	0,030	13,150	51,680
Vaisiai ar daržovės	100	1,520	0,600	27,880	112,000
	320	23,850	31,000	126,770	840,950

PIETŲ KOMPLEKSAS MOKINIAMS 11-18 metų

Patiekalo pavadinimas	Išciga g/B	R	A	Kcal		
Ankštinų daržovių sriuba su bulvėmis (pupelės)	250	5,910	5,430	23,790	152,400	
Juoda duona	20	1,480	0,260	10,260	43,400	
Virtinukai su varške 9%rieb (taisojantis p)	83A	25,130	20,860	30,080	406,970	
Gerietinė 30%	14P	20	0,360	4,500	0,520	43,950
Arbata su citrina	200	0,050	0,030	13,150	51,680	
Vaisiai ar daržovės	100	1,520	0,600	27,880	112,000	
		34,450	31,680	105,680	810,400	

Vaisiai, uogos ar daržovės	100	0,800	0,000	23,000	120,000
----------------------------	-----	-------	-------	--------	---------

SUDERINTA

Kauno visuomenės sveikatos centras

2014 m. rugpjūtį d. d. d. d.
 IV-1180/6/
 VV-1181/6/

Valgiaraščio vertinimo pažyma Nr.

Direktorė
Vitalija SteponienėMokyklai direktorė
Jūratė Grigaitienė