

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



Kelmės Jono Graičiūno gimnazija

Raseinių g. 1, Kelmė

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

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS
(nurodyti dienų skaičių)

11 ir vyresni
(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 6 iki 15 val.



1 Savaitė
Pirmadienis
11m. ir vyresni. 1 porcija žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g.	Patiekalo energetinė vertė			Energinė vertė Kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Rūgštynių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/22AT	100	3,93	5,47	22,46	154,78
Pilno grūdo duona (Ruginė)		20	1,98	0,26	10,26	43,98
Grietnėlėje (10%) troškinta vištienos krūtinėlė su morkomis (tausojantis)	10-5/100T	200	31,68	6,68	5,12	207,31
Bulvių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	4-3/64AT	100	1,73	3,74	15,59	102,90
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/61A	180	3,41	12,83	15,91	192,80
Vaisiai apelsinai		150	1,35	0,15	17,55	70,50
Vanduo						
Iš viso:			44,08	29,13	86,89	771,69

1 Savaitė
Antradienis
11m. ir vyresni. 1 porcija žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g.	Patiekalo energetinė vertė			Energinė vertė Kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Raugintų kopūstų sriuba	1-3/26AT	100	0,52	5,02	4,67	30,10
Pilno grūdo duona (Ruginė)		20	1,98	0,26	10,26	43,40
Virti viso grūdo makaronai su malta kiauliena (tausojantis)	11-5/101 T	250	21,70	4,81	52,72	340,98
Pomidorų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	2-1/15	220	3,70	1,32	9,28	64,99
Vaisiai bananas		150	1,50	0,60	35,10	138,00
Vanduo						
Iš viso:			29,40	12,01	112,03	617,47

1 Savaitė
 Trečiadienis
 11m. ir vyresni. 1 porcija žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo energetinė vertė			Energinė vertė Kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Burokėlių sriuba su pupelėmis, bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/27AT	100	1,75	2,16	9,91	66,07
Pilno grūdo duona (Ruginė)		20	1,98	0,26	10,26	43,40
Varškės (9%) apkepas (tausojantis)	7-8/169T	220	27,5	18,76	45,8	461,99
Nesaldintas jogurtas (2,5%) su bananais	15-1/9	50	1,65	0,83	8,31	47,40
Vaisiai mandarinai		200	1,20	0,20	22,20	88,00
Vanduo						
Iš viso:			34,08	22,21	96,48	706,86

1 Savaitė
 Ketvirtadienis
 11m. ir vyresni. 1 porcija žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo energetinė vertė			Energinė vertė Kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Pomidorinė sriuba su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	1-3/33AT	100	1,02	2,25	9,81	63,49
Pilno grūdo duona (Ruginė)		20	1,98	0,26	10,26	43,40
Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių troškiny (tausojantis)	10-5/101T	300	32,25	14,27	34,67	396,00
Marinuoti agurkai		200	5,60	0,00	2,60	32,00
Vaisiai bananai		150	1,50	0,60	35,1	138,00
Vanduo						
Iš viso:			42,35	17,38	92,44	672,89



1 Savaitė
Penktadienis
11m. ir vyresni. 1 porcija žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo energetinė vertė			Energinė vertė Kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Daržovių ir viso grūdų makaronų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/38AT	100	2,49	3,40	13,82	95,86
Pilno grūdų duona (Ruginė)		20	1,98	0,26	10,26	43,40
Orkaitėje kepti žuvies (jūros lydeka) kotletai (tausojantis)	9-8/162T	110	21,47	3,93	6,29	146,39
Bulvių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	4-3/64AT	100	1,73	3,74	15,59	102,90
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A	150	1,71	14,57	6,58	164,25
Vaisiai obuoliai		200	0,80	0,00	24,20	92,00
Vanduo						
Iš viso:			30,18	25,90	76,74	644,80

ARTINO: *[Signature]*
 2025 11 18

2 Savaitė
 Pirmadienis
 11m. ir vyresni. 1 porcija žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo energetinė vertė			Energinė vertė Kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/41AT	100	1,27	3,06	7,59	62,92
Pilno grūdo duona (Ruginė)		20	1,98	0,26	10,26	43,40
Ryžių plovos su vištienos file (tausojantis)	10-5/111T	250	30,37	14,19	39,93	408,88
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/61A	180	3,41	12,83	15,91	192,80
Vaisiai mandarinai		200	1,20	0,20	22,20	88,00
Vanduo						
Iš viso:			38,23	30,54	95,89	796,00

2 Savaitė
 Antradienis
 11m. ir vyresni. 1 porcija žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo energetinė vertė			Energinė vertė Kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/39AT	100	1,01	2,1	7,57	53,21
Pilno grūdo duona (Ruginė)		20	1,98	0,26	10,26	43,40
Vištienos kumpelių guliašas pomidorų tyrėje (tausojantis)	10-5/105T	180	21,47	6,86	11,56	193,87
Biri grikių košė (tausojantis)	4-3/66T	75	4,55	4,11	24,95	152,16
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	2-1/19A	150	1,71	14,57	6,58	164,25
Vaisiai Apelsinai		150	1,35	0,15	17,55	70,50
Vanduo						
Iš viso:			32,07	28,05	78,47	677,39

2 Savaitė
 Trečiadienis
 11m. ir vyresni. 1 porcija žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo energetinė vertė			Energinė vertė Kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/24AT	100	2,59	2,20	9,99	70,11
Pilno grūdo duona (Ruginė)		20	1,98	0,26	10,26	43,40
Kepta žuvis (menkė) (tausoantis)	9-7/140T	150	23,53	0,52	2,15	107,44
Bulvių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	4-3/64AT	100	1,73	3,74	15,59	102,90
Morkų obuolių salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	2-1/12	150	2,48	1,08	13,18	72,33
Vaisiai bananas		200	2,00	0,80	46,80	184,00
Vanduo						
Iš viso:			34,31	8,60	97,97	580,18

2 Savaitė
 Ketvirtadienis
 11m. ir vyresni. 1 porcija žmogui

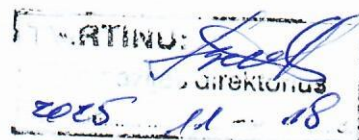
Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo energetinė vertė			Energinė vertė Kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, morkomis ir perlinėmis kr. (augalinis) (tausojantis)	1-3/25AT	100	2,07	2,31	16,23	94,00
Pilno grūdo duona (Ruginė)		20	1,98	0,26	10,26	43,40
Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliais	3-6/120	200	12,44	17,33	54,75	424,72
Nesaldintas jogurtas (2,5%) su bananais	15-1/9	50	1,65	0,83	8,31	47,40
Vaisiai mandarinai		200	1,20	0,20	22,20	88,00
Vanduo						
Iš viso:			19,34	20,93	111,75	697,52

2 Savaitė
 Penktadienis
 11m. ir vyresni. 1 porcija žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša g.	Patiekalo energetinė vertė			Energinė vertė Kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT	100	3,26	2,79	13,11	90,58
Pilno grūdo duona (Ruginė)		20	1,98	0,26	10,26	43,40
Kiaulienos ir morkų troškiny su porais (tausojantis)	11-5/102T	210	37,21	21,54	9,92	382,41
Virtos bulvės (tausojantis)	4-3/65T	75	1,50	0,50	13,75	80,28
Pomidorų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)	2-1/15	220	3,70	1,32	9,28	64,99
Vaisiai kriaušė		150	0,45	0,60	22,65	88,50
Vanduo						
Iš viso:			48,10	27,01	78,97	750,16



3 Savaitė
Pirmadienis
11m. ir vyresni. 1 porcija žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo energetinė vertė			Energinė vertė Kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/31AT	100	1,52	2,25	10,83	69,85
Pilno grūdo duona (Ruginė)		20	1,98	0,26	10,26	43,40
Viso grūdo spelta miltų sklindžiai su obuoliais ir bananais (tausojantis)	6-8/161T	200	14,92	6,68	51,42	325,44
Nesaldintas jogurtas (2,5%) su uogomis	15-1/9	50	1,65	0,83	8,31	47,40
Vaisiai bananas		200	2,00	0,80	46,80	184,00
Vanduo						
Iš viso:			22,07	10,82	127,62	670,09

3 Savaitė
Antradienis
11m. ir vyresni. 1 porcija žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo energetinė vertė			Energinė vertė Kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Tiršta burokėlių ir pupelių su bulvėmis, morkomis ir kopūstai (augalinis) (tausojantis)	1-334AT	100	2,84	1,24	10,73	65,39
Pilno grūdo duona (Ruginė)		20	1,98	0,26	10,26	43,40
Kepti su garais kalakutienos krūtinėlės kukulaičiai (tausojantis)	10-141T	150	37,59	8,84	9,48	267,84
Biri ryžių košė	4-3/67T	75	1,92	3,51	20,74	117,51
Kopūstų pomidorų agurkų salotos su ypač tyru ayvuogų aliejumi (augalinis)	2-1/8A	150	1,65	7,77	5,91	100,17
Vaisiai obuoliai		200	0,80	0,00	24,20	92,00
Vanduo						
Iš viso:			46,78	21,62	81,32	686,31

ARTIMAS
DIREKTORIUS
2025 11 18

3 Savaitė
Trečiadienis
11m. ir vyresni. 1 porcija žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo energetinė vertė			Energinė vertė Kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Špinatų sriuba su bulvėmis	10Sr	100	3,93	5,47	22,46	154,78
Pilno grūdo duona (Ruginė)		20	1,98	0,26	10,26	43,40
Vištienos krūtinėlė troškinta su ryžiais ir morkomis (tausojantis)	10-5/104T	250	30,74	11,85	30,21	350,38
Marinuoti agurkai		200	5,6	0,00	2,60	32,00
Vaisiai kriaušė		150	0,45	0,6	22,65	88,5
Vanduo						
Iš viso:			42,70	18,18	88,18	669,06

3 Savaitė
Ketvirtadienis
11m. ir vyresni. 1 porcija žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo energetinė vertė			Energinė vertė Kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/30AT	100	2,82	2,22	12,31	80,49
Pilno grūdo duona (Ruginė)		20	1,98	0,26	10,26	43,40
Žuvies (menkės) užkepėlė su morkomis ir bulvėmis (tausojantis)	9-141T	250	27,41	5,11	20,94	239,33
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/61A	180	3,41	12,83	15,91	192,8
Vaisiai bananai		200	2,00	0,80	46,80	184,00
Vanduo						
Iš viso:			37,62	21,22	106,22	740,02

RTINU: *[Signature]*
2025 11 8

3 Savaitė
Penktadienis
11m. ir vyresni. 1 porcija žmogui

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g.	Patiekalo energetinė vertė			Energinė vertė Kcal.
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/40AT	100	1,43	3,22	11,61	81,10
Pilno grūdo duona (Ruginė)		20	1,98	0,26	10,26	43,40
Kalakutienos šlaunelių guliašas su bulvėmis (tausojantis)	10-5/110T	250	22,97	14,84	37,62	375,87
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru aliejumi (augalinis)	2-1/6A	150	1,78	7,88	5,63	100,58
Vaisiai obuoliai		200	0,80	0,00	24,20	92,00
Vanduo						
Iš viso:			28,96	26,2	89,32	692,95