

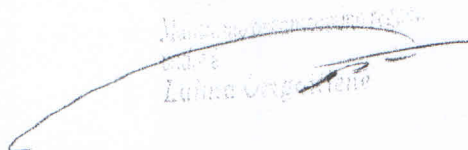
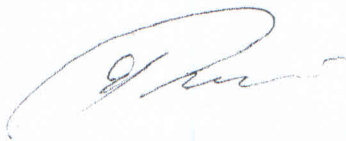
## UŽDAROJI AKCINĖ BENDROVĖ „MAISTO SLĖNIS“

Uždaroji akcinė bendrovė, Naftininkų g.38-2, LT-89154 Mažeikiai, tel. (8 443) 20 300, (8 443) 20 301,  
faks. (8 443) 20 303, Duomenys apie juridinį asmenį kaupiami ir saugomi VĮ „Registru centras“,  
Kodas 304939259 PVM kodas LT100011972512

---

TVIRTINU:

VALGIARAŠTĮ SUDARĖ:



Handwritten signature and stamp of the preparer.

### 15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

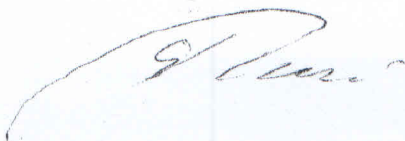
6-10 metų

„Versmės progimnazija“ Simonaitytės 2, Klaipėda

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

[staigos darbo laikas

Nuo 8 iki 15 val.



I savaitė

Pirmadienis

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

6-10 metų vaikams

Pietūs I var.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-64/100	100	1,16	3,81	7,39	66,98
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Troškinta vištienos šlaunelių mėsa (tausojantis) (troškintas)	KMP-141/100	80/20	15,22	11,63	4,45	180,73
Bulvių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	DRŽP-86/80	80	1,38	2,38	12,47	76,05
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su saulėgrąžų aliejumi (augalinis)	SAL-18/80	80	1,10	3,82	5,82	58,67
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
<b>Iš viso:</b>			<b>21,00</b>	<b>22,18</b>	<b>64,45</b>	<b>523,42</b>

Iš viso (dienos davinio): 21,00 22,18 64,45 523,42

Antradienis

Pietūs I var.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-1/100	100	0,97	1,92	8,71	53,38
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Virti varškėčiai (9%) (tausojantis)	VRŠP-1/150	150	19,00	8,96	42,42	323,86
Grietinė (30%)	PAD-11/10	10	0,24	3,00	0,31	29,30
Trintos uogos (augalinis)	PAD-1/20	20	0,12	0,10	2,47	8,77
Daržovių lazdelių MIX (augalinis)	SAL-202/80	80	0,75	0,08	4,80	25,30
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
<b>Iš viso:</b>			<b>23,22</b>	<b>14,60</b>	<b>93,03</b>	<b>581,60</b>

Iš viso (dienos davinio): 23,22 14,60 93,03 581,60

**Trečdiena**

**Pietūs I var.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška (2,5%) daržovių sriuba (bulvės, morkos, šv. kopūstai, ž. žirneliai) (tausojantis)	SR-43/100	100	2,60	4,64	7,99	83,66
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kiaulienos nugarinės kepsnys (tausojantis) (keptas su garais)	KMP-27/75	75	19,12	12,12	9,95	224,49
Biri perlinių kruopų košė (augalinis)(tausojantis)	GAR-11/80	80	2,74	0,50	21,06	93,80
Burokėlių salotos su saulėgrąžų aliejumi (augalinis)	SAL-16/40	40	0,65	2,26	3,85	34,87
Marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-56/40	40	0,32	0,00	0,84	4,80
Vanduo su citrina	GÉR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
<b>Iš viso:</b>			<b>27,57</b>	<b>20,06</b>	<b>78,01</b>	<b>582,61</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>27,57</b>	<b>20,06</b>	<b>78,01</b>	<b>582,61</b>

**Ketvirtadiena**

**Pietūs I var.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba (augalinis) (tausojantis)	SR-86/100	100	2,32	3,83	9,19	77,55
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Jūros lydekos filė maltinis (tausojantis) (virtas garuose)	ŽUVP-31/75	75	12,11	2,18	9,76	107,60
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GAR-27/80	80	5,04	1,24	27,72	139,60
Šviežių daržovių salotos (pekino kopūstai, ridikėliai, agurkai ) su aliejumi (augalinis)	SAL-63/80	80	0,74	5,53	2,74	63,85
Vanduo su citrina	GÉR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
<b>Iš viso:</b>			<b>22,35</b>	<b>13,32</b>	<b>83,73</b>	<b>529,59</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>22,35</b>	<b>13,32</b>	<b>83,73</b>	<b>529,59</b>

**Penktadienis**

**Pietūs I var.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba (šaldytos daržovės) (tausojantis)	SR-85/100	100	1,60	4,41	6,52	71,87
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kepta vištienos filė (keptas su garais) (tausojantis)	KMP-46/75	75	20,56	13,78	12,53	255,10
Biri nešlifotų ryžių kruopų košė (tausojantis)	GAR-16A/80	80	1,74	0,20	21,59	95,10
Pekino kopūstas, šv. agurkas, pomidoras (augalinis)	SAL-90/80	80	0,75	4,45	3,33	55,84
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
<b>Iš viso:</b>			<b>26,79</b>	<b>23,38</b>	<b>78,29</b>	<b>618,90</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>26,79</b>	<b>23,38</b>	<b>78,29</b>	<b>618,90</b>

**2 savaitė**

**Pirmadienis**

**Pietūs I var.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-37/100	100	0,97	3,79	5,03	55,77
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kiaulienos kepsnys (tausojantis) (keptas su garais)	KMP-35/75	75	17,15	13,31	4,92	207,69
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GAR-27/80	80	5,04	1,24	27,72	139,60
Šv. kopūstų, morkų ir obuolių salotos su saulėgrąžų aliejumi (augalinis)	SAL-19/80	80	0,77	3,38	6,54	58,35
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
<b>Iš viso:</b>			<b>26,07</b>	<b>22,26</b>	<b>78,53</b>	<b>602,40</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>26,07</b>	<b>22,26</b>	<b>78,53</b>	<b>602,40</b>

## Antradienis

## Pietūs I var.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-67/100	100	1,20	3,84	9,78	76,89
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Virtas lašišos kukulis (tausojantis)(virtas)	ŽUVP-1/75	75	14,94	10,16	4,70	169,18
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GAR-15/80	80	1,66	0,08	15,23	67,39
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis, raugintais agurkais ir saulėgrąžų aliejumi (augalinis)	SAL-20/80	80	2,11	5,31	8,18	81,73
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
<b>Iš viso:</b>			<b>22,05</b>	<b>19,93</b>	<b>72,21</b>	<b>536,18</b>

**Iš viso (dienos davinio): 22,05 19,93 72,21 536,18**

## Trečiadienis

## Pietūs I var.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-1/100	100	0,97	1,92	8,71	53,38
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Bulvių plokštainis (keptas su garais)(tausojantis)	VGDRŽP-43/200	200	5,62	8,91	38,94	255,67
Grietinė (30%)	PAD-11/20	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-56/40	40	0,32	0,00	0,84	4,80
Daržovių lazdelių MIX (augalinis)	SAL-202/40	40	0,38	0,05	2,40	12,65
Kefyras (2,5%)	GĖR-18/100	100	3,20	2,50	4,90	55,00
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
<b>Iš viso:</b>			<b>13,07</b>	<b>19,90</b>	<b>90,27</b>	<b>579,54</b>

**Iš viso (dienos davinio): 13,07 19,90 90,27 579,54**

## Ketvirtadienis

## Pietūs I var.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-6/100	100	2,61	2,03	10,19	66,40
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Varškės (9%) suflė (tausojantis) (keptas su garais)	DRŽP-63/150	150	20,77	14,89	27,06	326,92
Grietinė (30%)	PAD-11/10	10	0,24	3,00	0,31	29,30
Trintos uogos (augalinis)	PAD-1/20	20	0,12	0,10	2,47	8,77
Daržovių lazdelių MIX (augalinis)	SAL-202/80	80	0,75	0,08	4,80	25,30
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
<b>Iš viso:</b>			<b>26,63</b>	<b>20,64</b>	<b>79,15</b>	<b>597,68</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>26,63</b>	<b>20,64</b>	<b>79,15</b>	<b>597,68</b>

## Penktadienis

## Pietūs I var.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Valstiečių bulvienė su kruopomis (augalinis) (tausojantis)	SR-66/100	100	1,14	3,84	7,93	68,25
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kepta vištienos filė (keptas su garais) (tausojantis)	KMP-46/75	75	20,56	13,78	12,53	255,10
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GAR-27/80	80	5,04	1,24	27,72	139,60
Morkų salotos su saulėgrąžomis ir saulėgrąžų aliejumi (augalinis)	SAL-112/80	80	1,37	4,22	7,00	76,01
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
<b>Iš viso:</b>			<b>30,25</b>	<b>23,62</b>	<b>89,50</b>	<b>679,95</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>30,25</b>	<b>23,62</b>	<b>89,50</b>	<b>679,95</b>

## 3 savaitė

## Pirmadienis

## Pietūs I var.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-34/100	100	2,64	3,89	10,36	82,06
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Vištienos ir daržovių troškiny (bulvės, svogūnai, morkos) (tausojantis)	KMP-22/180	60/120	16,81	12,64	21,95	264,97
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su saulėgrąžų aliejumi (augalinis)	SAL-18/80	80	1,10	3,82	5,82	58,67
Kefyras (2,5%)	GĖR-18/100	100	3,20	2,50	4,90	55,00
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
<b>Iš viso:</b>			<b>25,85</b>	<b>23,37</b>	<b>76,89</b>	<b>600,14</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>25,85</b>	<b>23,37</b>	<b>76,89</b>	<b>600,14</b>

## Antradienis

## Pietūs I var.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-79/100	100	1,57	3,79	8,30	70,07
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kepti varškėčiai (tausojantis keptas su garais)	VRŠP-23/150	150	22,19	14,53	27,32	328,34
Grietinė (30%)	PAD-11/10	10	0,24	3,00	0,31	29,30
Trintos uogos (augalinis)	PAD-1/20	20	0,12	0,10	2,47	8,77
Daržovių lazdelių MIX (augalinis)	SAL-202/80	80	0,75	0,08	4,80	25,30
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
<b>Iš viso:</b>			<b>27,01</b>	<b>22,04</b>	<b>77,52</b>	<b>602,77</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>27,01</b>	<b>22,04</b>	<b>77,52</b>	<b>602,77</b>

Trečiadienis

Pietūs I var.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis, morkomis, pomidorais (augalinis) (tausojantis)	SR-10/100	100	1,24	1,97	8,72	57,31
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Ryžių - kiaulienos plovai (tausojantis)	KRUOP-40/200	140/60	16,07	21,16	33,56	389,20
Marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-56/60	60	0,48	0,00	1,26	7,20
Daržovių lazdelių MIX (augalinis)	SAL-202/40	40	0,38	0,05	2,40	12,65
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
<b>Iš viso:</b>			<b>20,31</b>	<b>23,72</b>	<b>80,26</b>	<b>607,35</b>

Iš viso (dienos davinio): 20,31 23,72 80,26 607,35

Ketvirtadienis

Pietūs I var.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kr. sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojantis)	SR-13/100	100	1,43	2,05	10,15	64,11
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Vištienos kukulis su morkomis (keptas su garais)(tausojantis)	KMP-1/75	75	14,69	13,35	0,81	179,55
Biri nešlifuoti ryžių kruopų košė (tausojantis)	GAR-16A/80	80	1,74	0,20	21,59	95,10
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su saulėgrąžų aliejumi (augalinis)	SAL-18/80	80	1,10	3,82	5,82	58,67
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
<b>Iš viso:</b>			<b>21,10</b>	<b>19,96</b>	<b>72,69</b>	<b>538,42</b>

Iš viso (dienos davinio): 21,10 19,96 72,69 538,42



Penktadienis

Pietūs I var.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta šparaginių pupelių sriuba (tausojantis)	SR-55/100	100	1,90	4,43	9,16	80,77
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/20	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kepta jūros lydekos filė (keptas su garais)(tausojantis)	ŽUVP-30/75	75	15,11	7,96	7,17	160,64
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GAR-27/80	80	5,04	1,24	27,72	139,60
Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)	SAL-22/80	80	1,23	1,92	8,71	50,58
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
		Iš viso:	25,42	16,09	87,08	572,58

Iš viso (dienos davinio): 25,42 16,09 87,08 572,58