

Vilniaus Žemynos progimnazija

Į. k. 295472120, Žemynos g. 14, LT-06128, Vilnius

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

20 DIENŲ VALGIARAŠTIS

NEMOKAMAS MAITINIMAS

11-14 m.

(vaikų amžiaus grupė)

Įstaigos darbo laikas:

I-V - 8:00 – 17:00

Vilniaus Žemynos progimnazijos
Direktorė
Laura Armanavičė-Gelienė



Valgiaraštį sudarė: UAB „Patatos bistro“, 2026

TVIRTINU
Direktorė
Rūta Kacpavičienė

Dietistė
Birutė Bunevičiūtė



1 savaitė
Pirmadienis



Pietūs 10:30-13:00						
KOMPLEKSINIAI PIETŪS (sriuba, karštas patiekalas, vaisius, gėrimas) (sriubos, karšti patiekalai, garnyrai, salotos / daržovės - pasirinktinai, gėrimai - savitarna)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
SRIUBOS (pasirinktinai)						
1. Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	BG1-3/2BAT	150	1.881	3.156	13.173	88.616
1. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
2. Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis) (1)	SB-1(23)AT	150	3.190	1.310	24.190	115.140
2. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
KARŠTI PATIEKALAI (pasirinktinai)						
1. Kalakutienos šlaunelių mėsos troškiny su konservuotais kukurūzais, morkomis ir paprikomis (tausojantis) (1)	SB-10(8)T	180 (100/80)	27.686	7.504	21.038	262.388
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
2. Kapotos vištienos kepsniukai (tausojantis) (1,3)	SC-I(44)	160	34.283	6.574	11.786	243.445
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
3. Kalakutienos kukuliai grietinė (25%) padaže (tausojantis) (1,3,7)	SB-10(50)T	200 (100/40)	42.531	15.927	15.416	375.127
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
4. Daržovių kotletai (tausojantis) (1,3)	SB-4(18)T	160	15.854	8.375	52.907	350.418
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
5. Avinžirnių, pupelių, moliūgų, morkų ir pomidorų troškiny (augalinis) (tausojantis) (9)	SMOS-54AT(GPVV)	270	7.952	4.208	32.168	267.813
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
Garnyrai (pasirinktinai)						
1. Brinkinti griekiai su prieskoniškėmis žolelėmis (augalinis) (tausojantis)	V8-TM-Kr027	180	10.248	5.376	48.156	282.000
2. Virti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	SAM-ŠIL-GAPAI(50)	180	4.392	0.360	48.204	201.420
Salotos, daržovės (pasirinktinai)						
1. Šviežių kopūstų ir morkų salotos su natūraliu jogurtu (7)	SB-2(57)	40	0.850	0.350	2.650	14.150
2. Burokėlių salotos su avinžirniais ir žemais (augalinis)	SB-2(82)A	40	2.280	2.453	7.373	60.693
3. Šviežių morkų lazdelės (augalinis)	SB-4(53)A	40	0.382	0.064	3.476	16.048
4. Pomidorų skiltelės (augalinis)	V8-TM-D000.3	40	0.400	0.080	1.640	8.880
Vaisiai (tiekiami prie pietų)						
Sezoniniai vaisiai	SB-16(58)	120	0.855	0.300	14.715	64.980
Gėrimai (savitarna)						
Vanduo su citrina	V8-TM-G009	200	0.050	0.030	0.690	3.240
	Iš viso (1):		45.982	20.993	122.146	858.445
	Iš viso (2):		48.032	13.201	123.959	785.446
	Iš viso (3):		60.827	29.416	116.524	971.184
	Iš viso (4):		29.603	15.002	165.080	892.419
	Iš viso (5):		26.248	17.697	133.276	581.870

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:



Technologė Violeta Šalčiuvienė

Dietistė Birutė Bunevičiūtė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Vilniaus Žemųjų technologijų
Direktorių

Laura Armonienė



Pietūs 10:30-13:00						
KOMPLEKSINIAI PIETŪS (sriuba, karštas patiekalas, valsius, gėrimas) (sriubos, karšti patiekalai, gamyrai, salotos / daržovės - pasirinktinai, gėrimai - savitarna)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	Energinė vertė, kcal
SRIUBOS (pasirinktinai)						
1. Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (augalinis) (tausojančis) (1)	SB/E-1(19)AT	150	2.700	1.950	15.675	91.050
1. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
2. Trinta daržovių sriuba (augalinis) (tausojančis)	SAM-Z-SR(999/1000)	150	1.362	6.126	5.663	83.234
2. Skrebučiai (1)	VŠJ-TM-U013	5	0.439	0.250	2.883	15.538
KARŠTI PATIEKALAI (pasirinktinai)						
1. Kiaulienos kukuliai (tausojančis) (1,3)	SB-11(21)T	160	13.238	6.308	12.639	160.207
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
2. Troškintas kaulienos mentės pjaušnys (tausojančis) (1)	SB-11(2)T	140	20.200	24.002	1.197	301.601
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
3. Kiaulienos guliašas (tausojančis) (1,7)	VŠJ-TM-K006	180 (100/80)	39.960	22.629	13.834	418.834
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
4. Perlinių kruopų plovos su kauliena, morkomis ir svogūnais (tausojančis) (1)	SB-3(46)T	300	24.957	14.129	48.522	421.073
salotos / daržovės pasirinktinai		40				
5. Žiedinių kopūstų ir ryžių troškiny su augaline grietinėle (15%) (augalinis) (tausojančis)	SB-3(56)AT	200	4.290	1.950	30.547	211.826
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
Gamyrai (pasirinktinai)						
1. Virtos bulvės (augalinis) (tausojančis)	BG4-3/65AT	180	3.708	0.185	33.928	152.213
2. Perlinis kuskusas (augalinis) (tausojančis) (1)	VŠJ-TM-Gr003	180	7.632	0.954	47.016	227.178
Salotos, daržovės (pasirinktinai)						
1. Morkų salotos su moliūgų sėklomis (augalinis)	SB-2(11)A	40	0.683	1.768	3.421	28.000
2. Pekino kopūstų salotos su morkomis ir brokoliais (augalinis)	SB-2(24)A	40	0.600	3.100	1.950	34.300
3. Sv. paprikų juostelės (augalinis)	SAM-LRVVKA-21Gar	40	0.520	0.200	2.640	12.800
4. Rauginti agurkai (augalinis)	SB-4(26)A	40	0.160	0.114	0.886	5.211
Vaisiai (tiejami prie pietų)						
Sezoniniai vaisiai	SB-16(58)	120	0.855	0.300	14.715	64.980
Gėrimai (savitarna)						
Vanduo su citrina	VŠJ-TM-G009	200	0.050	0.030	0.690	3.240
	Iš viso (1):	23.854	15.635	95.779	609.451	
	Iš viso (2):	32.501	36.844	81.061	776.082	
	Iš viso (3):	50.576	31.956	96.974	868.078	
	Iš viso (4):	29.626	26.017	81.370	593.276	
	Iš viso (5):	11.198	11.092	79.759	508.857	

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALĄ

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Patatos bistro“

Technologė Violeta Šalčiuvienė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Dietistė Birutė Bunevičiūtė

1 savaitė
Trečiadienis



Pietūs 10:30-13:00						
KOMPLEKSINIAI PIETŪS (sriuba, karštas patiekalas, vaisius, gėrimas)						
(sriubos, karšti patiekalai, garnyrai, salotos / daržovės - pasirinktinai, gėrimai - savitarna)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
SRIUBOS (pasirinktinai)						
1. Žirnių sriuba (augalinis) (tausojančis)	SAM-ŠVSB-SR(4)	150	3.425	1.385	13.375	78.426
1. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
2. Pomidorinė sriuba su bulvėmis ir cukinija (augalinis) (tausojančis)	SAM-ŠVSB-SR(15)	150	1.670	3.220	12.120	80.220
2. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
KARŠTI PATIEKALAI (pasirinktinai)						
1. Menkės filė kepinukai (1,3,4) (tausojančis)	SB-9(14)	160	25.122	5.750	11.350	197.642
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
2. Jūros lydeka užkepta daržovėmis ir fermentiniu sūriu (45%) (tausojančis) (1,4,7)	SB-9(15)T	180 (140/30/10)	33.088	6.289	7.835	204.522
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
3. Jūros lydekų maltinukai pomidorų padaže (tausojančis) (1,3,4,7)	SB-9(20)T	200 (160/40)	34.460	17.850	25.460	400.330
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
4. Pilno grūdo makaronai su brokoliais ir džiovintais pomidorais (augalinis) (tausojančis) (1)	BG6-5/100AT	280 (200/80)	14.860	13.088	73.051	469.407
salotos / daržovės pasirinktinai		40				
5. Kepti varškėčiai (varškė 9%) (tausojančis) (1,3,7)	SB/PG/30-7(8)	240	35.000	27.400	67.400	656.200
natūralus jogurtas (2,5%) (7)	SAM-Ž-PA(448/1068)	25	0.917	0.583	1.398	14.510
Garnyrai (pasirinktinai)						
1. Virtos bulgur kruopos (augalinis) (tausojančis) (1)	VŠJ-TM-Gr006	180	6.324	5.820	39.036	233.736
2. Virti griekiai (augalinis) (tausojančis)	SAM-SIL-GA/PA(52)	180	8.370	1.760	43.820	226.880
Salotos, daržovės (pasirinktinai)						
1. Cukinijų, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	SB-2(35)A	40	0.425	3.069	2.684	40.601
2. Raudonųjų kopūstų salotos su spanguolėmis (augalinis)	SB-2(42)A	40	0.760	2.960	4.744	48.656
3. Salotų mišinys su alyvuogėmis ir džiovintais pomidorais (augalinis)	SB-2(78)A	40	0.486	0.200	2.114	12.200
4. Šviežių agurkų lazdelės su krapais (augalinis)	SB-2(6)A	40	0.370	2.883	1.080	29.774
Vaisiai (tiejami prie pietų)						
Sezoniniai vaisiai	SB-16(58)	120	0.855	0.300	14.715	64.980
Gėrimai (savitarna)						
Vanduo su citrina	VŠJ-TM-G009	200	0.050	0.030	0.690	3.240
	Iš viso (1):		39.157	24.077	99.023	766.705
	Iš viso (2):		47.414	22.391	99.037	768.523
	Iš viso (3):		50.541	32.117	117.917	962.537
	Iš viso (4):		19.145	21.201	110.891	705.071
	Iš viso (5):		41.587	31.378	106.813	874.806

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:



Technologė Violeta Šalčiuvienė

Dietistė Birutė Bunevičiūtė

Patvirtino ugdymo įstaiga:



Pietūs 10:30-13:00						
KOMPLEKSINIAI PIETŪS (sriuba, karštas patiekalas, vaisius, gėrimas)						
(sriubos, karšti patiekalai, gamyrai, salotos / daržovės - pasirinktinai, gėrimai - savitarna)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
SRIUBOS (pasirinktinai)						
1. Burokėlių sriuba su margosiomis pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	SB/E-1(41)AT	150	1.892	3.844	10,120	68.840
1. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0,120	1.500	0,155	14,650
1. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1,220	0,180	9,080	42,800
2. Ryžių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	VŠI-TM-Sr013	150	1,610	2,080	13,350	78,560
2. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0,120	1,500	0,155	14,650
2. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1,220	0,180	9,080	42,800
KARŠTI PATIEKALAI (pasirinktinai)						
1. Vištienos maltinukas (tausojantis) (1,3,7)	SB-10(10)T	140	30,548	12,888	26,992	342,832
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
2. Grietinėlėje (25%) troškinti vištienos kumpeliai (tausojantis) (1,7)	SB-10(48)T	180 (100/80)	33,720	22,080	0,440	394,848
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
3. Vištienos filė saldžiarūgščiame padaže (tausojantis)	SB-10(42)T	180 (100/80)	22,040	9,970	16,650	244,490
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
4. Grikių troškiny su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	SB-3(16)AT	200	7,681	8,410	41,429	272,130
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
5. Žiedinio kopūsto kepsnys (tausojantis) (3,7)	SB-3(56)T	150	8,200	10,300	8,760	160,540
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
Gamyrai (pasirinktinai)						
1. Virti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	SAM-ŠIL-GA(PA)50	180	4,392	0,360	48,204	201,420
2. Bulvių košė su morkomis (tausojantis) (7)	VŠI-TM-Gr012.2	180	3,996	5,310	29,034	179,910
Salotos, daržovės (pasirinktinai)						
1. Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)	BG2-3/62A	40	0,591	1,034	4,189	28,426
2. Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su šalto spaudimo aliejumi (augalinis)	SB-2(18)A	40	0,430	3,000	1,860	36,250
3. Cukinių šiaudėliai (augalinis)	SB-4(45)A	40	0,480	0,080	1,360	6,400
4. Morkos, paprikos, brokoliai (augalinis) (tausojantis)	SB-4(17)A	40	0,704	4,148	3,300	52,681
Vaisiai (teikiami prie pietų)						
Sezoniniai vaisiai	SB-16(58)	120	0,855	0,300	14,715	64,980
Gėrimai (savitarna)						
Vanduo su citrina	VŠI-TM-G009	200	0,050	0,030	0,690	3,240
	Iš viso (1):		41,282	27,364	120,665	862,519
	Iš viso (2):		43,776	39,742	78,173	902,745
	Iš viso (3):		32,774	24,446	110,323	764,177
	Iš viso (4):		12,240	16,648	82,719	529,041
	Iš viso (5):		18,884	24,746	101,743	676,987

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Patatos bistro“

Technologė Violeta Šalčiuvienė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Dietistė Birutė Bunevičiūtė

Laura Armonienė

Pietūs 10:30-13:00						
KOMPLEKSINIAI PIETŪS (sriuba, karštas patiekalas, vaisius, gėrimas) (sriubos, karšti patiekalai, gamyrai, salotos / daržovės - pasirinktinai, gėrimai - savitarna)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
SRIUBOS (pasirinktinai)						
1. Trinta sūrio sriuba (tausojančios) (7)	SB-1(8)T	150	4.346	8.967	12.011	145.063
1. Skrebučiai (1)	Všj-TM-U013	5	0.439	0.250	2.883	15.538
2. Lęšių sriuba (augalinis) (tausojančios)	SB/E-1(3)AT	150	5.436	0.680	18.101	100.224
2. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
KARŠTI PATIEKALAI (pasirinktinai)						
1. Troškinta kiauliena su morkomis grietinės (30%) padaže (tausojančios) (1,7)	SB-11(30)T	180 (100/80)	28.144	39.886	9.969	511.424
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
2. Maltos kiaulienos suktinukas (tausojančios) (1,3)	SB-11(27)T	140	21.464	23.013	11.918	340.638
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
3. Kiaulienos kepsnys užkeptas fermentiniu sūriu (45%) (1,3,7) (tausojančios)	SB-11(20)	150 (120/30)	26.769	6.300	3.600	178.176
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
4. Lietiniai blynėliai su varške (9%) (1,3,7)	SB-7(1)	270 (180/90)	26.860	18.444	57.998	505.428
grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	20	0.480	6.000	0.620	58.600
5. Daržovių troškiny su lęšiais (augalinis) (tausojančios)	SB-5(1)AT	250	20.150	23.800	54.725	481.350
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
Gamyrai (pasirinktinai)						
1. Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojančios) (1)	Všj-TM-Gr017	180	5.814	1.062	44.676	211.590
2. Brinkinti griekiai su prieskoniškais žolelėmis (augalinis) (tausojančios)	Všj-TM-Kr027	180	10.248	5.376	48.156	282.000
Salotos, daržovės (pasirinktinai)						
1. Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais ir žalumynais (augalinis)	SB-2(46)A	40	0.553	3.291	3.656	45.944
2. Šparaginės pupelės su sezamo sėklomis (augalinis) (tausojančios) (11)	SB-4(63)AT	40	0.640	8.000	1.600	83.840
3. Morkų ir obuolių salotos (augalinis)	SB-2(44)A	40	0.226	1.098	3.472	24.669
4. Konservuoti žirneliai (augalinis)	SB-2(71)A	40	2.400	0.500	3.200	26.900
Vaisiai (tiejami prie pietų)						
Sezoniniai vaisiai	SB-16(58)	120	0.855	0.300	14.715	64.980
Gėrimai (savitarna)						
Vanduo su citrina	Všj-TM-G009	200	0.050	0.030	0.690	3.240
	Iš viso (1):		43.241	62.286	93.400	1108.519
	Iš viso (2):		43.212	43.968	114.743	1029.885
	Iš viso (3):		46.526	34.112	93.983	870.350
	Iš viso (4):		35.021	27.134	101.359	789.922
	Iš viso (5):		29.659	46.236	96.952	891.524

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Patatos Bistrot“

Technologė Violeta Šalčiuvienė

Dietistė Birutė Bunevičiūtė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Vilniaus Žemės ūkio universitetas

Laura Aronavičiūtė

Pietūs 10:30-13:00						
KOMPLEKSINIAI PIETŪS (sriuba, karštas patiekalas, vaisius, gėrimas) (sriubos, karšti patiekalai, garnyrai, salotos / daržovės - pasirinktinai, gėrimai - savitarna)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
SRIUBOS (pasirinktinai)						
1. Pupelių sriuba (augalinis) (tausojančias)	Vš[-TM/E-Sr014	150	2.260	2.310	17.390	99.390
1. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
2. Špinatų sriuba (augalinis) (tausojančias) (1)	Vš[-TM/PG/50-Sr008	150	1.140	1.510	7.995	50.180
2. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
KARŠTI PATIEKALAI (pasirinktinai)						
1. Natūralūs kalakutienos filė maltinukai su kviečių sėlenomis (tausojančias) (1,3)	Vš[-TM/E-P016	160	39.080	11.660	10.880	304.780
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
2. Vištienos filė daržovių ir grietinės (25%) padaže (tausojančias) (1,7)	SB-10(54)T	160 (120/40)	26.364	10.489	9.716	238.720
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
3. Kalakutienos šlaunelių mėsos guliašas (tausojančias) (1,7)	Vš[E-TM-P021	180 (100/80)	22.338	20.201	9.214	308.012
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
4. Ankštinių daržovių troškiny (augalinis) (tausojančias)	SB-5(6)AT	250	26.232	6.857	76.729	473.557
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
5. Pilno grūdo tortilija su vištiena ir daržovėmis (tausojančias) (1,7)	SB/PG-10(34)T	250	30.615	15.250	51.958	467.542
salotos / daržovės pasirinktinai		40				
Garnyrai (pasirinktinai)						
1. Virti griekiai (augalinis) (tausojančias)	SAM-ŠIL-GAIPA(52)	180	8.370	1.760	43.820	226.880
2. Virti ryžiai (augalinis) (tausojančias)	SAM-ŠIL-GAIPA(50)	180	4.392	0.360	48.204	201.420
Salotos, daržovės (pasirinktinai)						
1. Šviežių kopūstų salotos su krapais (augalinis)	SB-2(76)A	40	0.400	1.050	1.050	15.250
2. Burokėlių salotos su konservuotais žemėmis ir raugintais agurkais (augalinis)	SB-2(34)A	40	0.720	8.172	3.271	56.351
3. Morkų lazdelės (augalinis)	SB-4(53)A	40	0.392	0.064	3.476	16.048
4. Agurkų salotos su kukurūzais ir paprika (augalinis)	SB-2(83)A	40	0.410	2.160	1.840	28.440
Vaisiai (tiekiami prie pietų)						
Sezoniniai vaisiai	SB-16(58)	120	0.855	0.300	14.715	64.980
Gėrimai (savitarna)						
Vanduo su citrina	Vš[-TM-G009	200	0.050	0.030	0.690	3.240
	Iš viso (1):		53.877	29.186	106.367	872.809
	Iš viso (2):		36.063	25.815	100.192	732.079
	Iš viso (3):		37.135	37.727	104.701	876.041
	Iš viso (4):		31.539	21.823	119.001	765.496
	Iš viso (5):		35.530	21.730	95.828	721.042

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALĄ

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Patatos bistro“

Technologė Violeta Šalčiuvienė

Dietistė Birutė Bunevičiūtė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Vilniaus Žemųjų mokyklų

Laura Armonienė



Pietūs 10:30-13:00						
KOMPLEKSINIAI PIETŪS (sriuba, karštas patiekalas, vaisius, gėrimas)						
(sriubos, karšti patiekalai, garnyrai, salotos / daržovės - pasirinktinai, gėrimai - savitarna)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
SRIUBOS (pasirinktinai)						
1. Barščiai su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SB/E-1(15)AT	150	1.600	4.060	14.530	97.430
1. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
2. Trinta bulvienė su salierais (tausojantis) (7,9)	SAM-LRVVKA-SR/S-20Sr	150	1.350	10.080	8.610	119.235
2. Skrebučiai (1)	VŠI-TM-U013	5	0.439	0.250	2.883	15.538
KARŠTI PATIEKALAI (pasirinktinai)						
1. Virti pilno grūdo makaronai su malta kiauliena (tausojantis) (1)	BG11-5/101T	300 (200/100)	26.960	7.500	63.600	429.740
salotos / daržovės pasirinktinai		40				
2. „Švediškų“ maltos kiaulienos kukuliukai su padažu (tausojantis) (1,3,7,9)	SB/PG/50-11(14)T	180 (140/40)	36.692	12.771	35.449	403.502
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
3. Troškinta kiauliena su daržovėmis (tausojantis)	VŠI-TM/E-K004	180 (100/80)	29.460	19.545	10.920	337.425
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
4. Virtų bulvių cepelinai su kiauliena (tausojantis)	VŠI-TM-D009	270 (200/70)	26.325	6.134	67.658	431.143
grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	25	0.600	7.500	0.775	73.250
5. Cukinių ir morkų kepsneliai (augalinis) (1,3)	BG4-6/120A	160	5.960	14.841	22.811	248.659
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
Garnyrai (pasirinktinai)						
1. Bulvių košė (tausojantis) (7)	VŠI-TM-Gr012	180	4.086	5.274	30.024	183.906
2. Virtos perlinės kruopos su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis) (1)	BG3-5/105AT	180	5.382	4.592	41.222	227.741
Salotos, daržovės (pasirinktinai)						
1. Pomidorų skiltelės su šviežiomis petražolėmis (augalinis)	SB-2(22)A	40	0.362	4.096	1.694	43.321
2. Pekino kopūstų, kalafiorų ir virtų morkų salotos (7)	SB-2(80)	40	2.628	0.551	6.772	42.551
3. Morkų salotos su salierais (augalinis) (9)	SB-2(20)A	40	0.444	2.589	3.289	33.708
4. Žalieji žirneliai (augalinis)	SB-4(61)A	40	1.880	0.520	5.160	32.840
Vaisiai (tiekiami prie pietų)						
Sezoniniai vaisiai	SB-16(58)	120	0.855	0.300	14.715	64.980
Gėrimai (savitarna)						
Vanduo su citrina	VŠI-TM-G009	200	0.050	0.030	0.690	3.240
	Iš viso (1):		31.167	17.666	104.464	696.161
	Iš viso (2):		48.786	36.461	109.286	942.821
	Iš viso (3):		41.850	38.345	82.314	875.706
	Iš viso (4):		29.619	24.294	95.331	707.386
	Iš viso (5):		19.205	33.941	108.920	808.085

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:



Technologė Violeta Šalčiuvienė

Dietistė Birutė Bunevičiūtė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Vilniaus Žemės ūkio universitetas
Laura A.

Pietūs 10:30-13:00						
KOMPLEKSINIAI PIETŪS (sriuba, karštas patiekalas, vaisius, gėrimas) (sriubos, karšti patiekalai, gamyrai, salotos / daržovės - pasirinktinai, gėrimai - savitarna)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
SRIUBOS (pasirinktinai)						
1. Avinžirnių sriuba su žalumynais (augalinis) (tausojantis)	SB-1(16)AT	150	6.520	4.080	16.720	129.850
1. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
2. Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (augalinis) (tausojantis)	SB/E-1(13)AT	150	2.212	1.268	12.072	68.473
2. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
KARŠTI PATIEKALAI (pasirinktinai)						
1. Tilapijų filė troškinta grietinėje (35%) (tausojantis) (4,7)	SB-9(9)T	180 (140/40)	37.294	17.775	1.856	316.575
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
2. Jūros lydekų kepsnys (1,3,4)	SB-9(5)	140	22.556	14.544	2.924	162.570
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
3. Menkės filė maltinukai (tausojantis) (1,3,4,7)	SB-9(21)T	160	32.254	12.046	14.471	295.310
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
4. Cukinija įdaryta daržovėmis, kuskusu ir žalumynais (tausojantis) (1,7)	SB-4(7)T	200 (100/100)	8.006	11.903	18.913	211.132
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
5. Varškės (9%) apkepas (tausojantis) (1,3,7)	SB-7(19)T	240	50.600	37.200	31.600	663.600
grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	15	0.360	4.500	0.465	43.950
uogienė	SC-V(15)	15	0.045	0.000	10.635	40.650
Gamyrai (pasirinktinai)						
1. Virti kieto grūdo makaronai su šalto spaudimo aliejumi (augalinis) (tausojantis) (1)	SB-6(41)AT	180	9.270	5.670	51.840	295.470
2. Virtos bulgur kruopos (augalinis) (tausojantis) (1)	Všj-TM-Gr006	180	6.324	5.820	39.036	233.736
Salotos, daržovės (pasirinktinai)						
1. Virtų burokėlių ir šviežių agurkų salotos su šalto spaudimo aliejumi (augalinis)	SB-2(13)A	40	0.700	1.000	3.745	29.175
2. Morkų, kalafiorų ir mėlynųjų kopūstų salotos su natūraliu jogurtu (7,9)	SB-2(85)	40	1.120	1.280	3.504	21.696
3. Rauginti agurkai (augalinis)	SB-4(26)A	40	0.160	0.114	0.886	5.211
4. Salotų mišinys su sėklomis (augalinis)	SB-2(10)A	40	1.384	3.632	4.628	54.220
Vaisiai (tiekiami prie pietų)						
Sezoniniai vaisiai	SB-16(58)	120	0.855	0.300	14.715	64.980
Gėrimai (savitarna)						
Vanduo su citrina	Všj-TM-G009	200	0.050	0.030	0.690	3.240
	Iš viso (1):		58.693	35.561	107.819	977.867
	Iš viso (2):		36.701	29.668	91.435	700.751
	Iš viso (3):		53.653	29.832	120.434	956.602
	Iš viso (4):		21.296	26.727	92.709	684.333
	Iš viso (5):		59.410	43.290	83.595	959.770

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERUJAMAS ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Patatos bistro“

Technologė Violeta Šalčiuvienė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Dietistė Birutė Bunevičiūtė

Vilnius Žemaitės mokykla
Dorotė
Laura Arina

Pietūs 10:30-13:00						
KOMPLEKSNIAI PIETŪS (sriuba, karštas patiekalas, vaisius, gėrimas) (sriubos, karšti patiekalai, gamyrai, salotos / daržovės - pasirinktinai, gėrimai - savitarnai)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
SRIUBOS (pasirinktinai)						
1. Raugintų kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	SB/E-1(14)AT	150	1.290	3.160	9.600	71.918
1. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
2. Daržovių sriuba su makaronais (augalinis) (tausojantis) (1)	SB/PG/50-1(2)AT	150	3.140	1.847	13.857	84.477
2. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
KARŠTI PATIEKALAI (pasirinktinai)						
1. Vištienos filė kepsnys (1,3)	SB/PG/50-10(17)	120	28.215	14.263	6.763	268.279
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
2. Vištienos kukuliai grietinė (25%) padaže (tausojantis) (1,3,7)	SB-10(57)T	200 (160/40)	42.194	9.990	15.348	320.070
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
3. Lietiniai blynėliai su vištiena (1,3,7)	SB/PG/30-10(6)	270 (180/90)	26.060	17.044	52.398	467.228
grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	25	0.600	7.500	0.775	73.250
salotos / daržovės pasirinktinai		40				
4. Daržovių karis (augalinis) (tausojantis)	SB-4(19)AT	200	4.397	17.379	22.832	265.328
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		40				
5. Grikių ir pievagrybių paplotėliai su grietinė (25%) padažu (tausojantis) (1,3,7)	SB-3(55)A	230 (180/50)	15.650	17.680	66.743	488.694
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
Garnyrai (pasirinktinai)						
1. Virti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	SAM-ŠL-GAPA(50)	180	4.392	0.360	48.204	201.420
2. Keptos bulvių skiltelės (augalinis) (tausojantis)	SAM-LRVVKA-7Gar	180	4.212	5.022	18.792	211.914
Salotos, daržovės (pasirinktinai)						
1. Morkų ir moliūgų salotos (augalinis)	SB-2(65)A	40	0.350	1.025	3.000	22.625
2. Pekino salotų, konservuotų kukurūzų, porų ir salierų stiebų salotos (augalinis) (9)	SB-2(75)A	40	0.625	1.645	2.405	26.295
3. Šv. paprikų juostelės (augalinis)	SAM-LRVVKA-21Gar	40	0.520	0.200	2.640	12.800
4. Cukinių šiaudėlių (augalinis)	SB-4(45)A	40	0.480	0.080	1.360	6.400
Vaisiai (teikiama prie pietų)						
Sezoniniai vaisiai	SB-16(58)	120	0.855	0.300	14.715	64.980
Gėrimai (savitarna)						
Vanduo su citrina	VŠ-TM-G009	200	0.050	0.030	0.690	3.240
	Iš viso (1):		38.117	22.743	98.612	735.407
	Iš viso (2):		53.766	21.819	82.042	810.251
	Iš viso (3):		30.715	29.914	90.053	750.866
	Iš viso (4):		14.694	21.796	112.173	689.695
	Iš viso (5):		21.160	25.800	110.388	754.402

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERUOJAMAS ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TERAUTIS VIRTUVĖS PERSONALAS

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Patatos bistro“

Technologė Violeta Šalčiuvienė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Vilniaus Žemės ūkio universitetas

Dietistė Birutė Bunevičiūtė

Laura

Pietūs 10:30-13:00						
KOMPLEKSINIAI PIETŪS (sriuba, karštas patiekalas, vaisius, gėrimas) (sriubos, karšti patiekalai, garnyrai, salotos / daržovės - pasirinktinai, gėrimai - savitarna)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
SRIUBOS (pasirinktinai)						
1. Trinta moliūgų sriuba (augalinis) (tausojantis)	SB-1(25)AT	150	1.420	2.390	11.030	71.340
1. Skrebučiai (1)	Všj-TM-U013	5	0.439	0.250	2.883	15.538
2. Pertinių kruopų sriuba su pomidorais (augalinis) (tausojantis) (1)	Všj-TM-Sr021	150	2.780	2.470	19.960	113.230
2. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
KARŠTI PATIEKALAI (pasirinktinai)						
1. Kiaulienos maltinukas (tausojantis) (1,3)	Všj-TM-K003	160	30.276	11.200	28.889	337.440
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
2. Kiaulienos troškiny su pievagrybiais (tausojantis) (1,7)	SB-11(31)T	180 (100/80)	24.529	34.333	5.677	429.822
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
3. Kiaulienos sprandinė kepta gabale (tausojantis)	SB-11(15)T	140	26.743	16.719	3.223	192.187
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
4. Moliūginiai varškės (9%) virtinukai (tausojantis) (1,3,7)	SB-7(32)T	250	33.000	14.833	59.150	502.100
grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	25	0.600	7.500	0.775	73.250
5. Burokėlių ir avinžirnių maltinukai (augalinis) (tausojantis) (3,11)	SB-5(4)AT	180	11.571	12.600	34.714	298.543
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
Garnyrai (pasirinktinai)						
1. Virtos bulgur kruopos (augalinis) (tausojantis) (1)	Všj-TM-Gr006	180	6.324	5.820	39.036	233.736
2. Brinkinti grikliai su prieskoninėmis žolelėmis (augalinis) (tausojantis)	Všj-TM-Kr027	180	10.248	5.376	48.156	282.000
Salotos, daržovės (pasirinktinai)						
1. Šviežių agurkų griežinėliai (augalinis)	SB-4(46)A	40	0.320	0.080	0.920	4.400
2. Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	SB-2(19)A	40	0.680	5.000	4.695	68.210
3. Brokoliai (augalinis)	SB-2(74)A	40	1.680	0.160	1.200	12.960
4. Raugintų kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	SB-2(29)A	40	0.338	1.599	2.716	26.597
Vaisiai (teikiami prie pietų)						
Sezoniniai vaisiai	SB-16(58)	120	0.855	0.300	14.715	64.980
Gėrimai (savitarna)						
Vanduo su citrina	Všj-TM-G009	200	0.050	0.030	0.690	3.240
	Iš viso (1):	42.382	26.829	106.774	838.441	
	Iš viso (2):	42.820	51.028	107.964	1062.889	
	Iš viso (3):	45.553	34.374	110.188	854.682	
	Iš viso (4):	38.625	26.813	104.525	814.250	
	Iš viso (5):	23.677	28.229	112.599	799.544	

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ ŠUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALĄ

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Patatos bistro“

Technologė Violeta Šalčiuvienė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Dietistė Birutė Bunevičiūtė

Vilniaus žemės ūkio universitetas

Laura A. Bunevičiūtė

Pietūs 10:30-13:00						
KOMPLEKSINIAI PIETŪS (sriuba, karštas patiekalas, vaisius, gėrimas) (sriubos, karšti patiekalai, gamyrai, salotos / daržovės - pasirinktinai, gėrimai - savitarna)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
SRIUBOS (pasirinktinai)						
1. Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	BG1-3/28AT	150	1.881	3.156	13.173	88.616
1. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
2. Bulvių sriuba su kvietinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis) (1)	SB-1(44)AT	150	2.200	2.290	14.350	87.030
2. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VIII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
KARŠTI PATIEKALAI (pasirinktinai)						
1. Troškinta kalakutiena (tausojantis) (7)	SB/E-10(13)T	180 (100/80)	34.803	18.495	5.265	326.725
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
2. Kalakutienos maltinukai (tausojantis) (1,3,7)	SB-10(11)T	160	31.120	11.324	22.480	316.320
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
3. Vištienos šlaunelių suktinukas su daržovėmis ir sūriu (45%) grietinės (25%) ir pomidorų padaže (tausojantis) (7)	DŠ-9-76	190 (140/50)	29.368	22.432	11.155	363.980
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
4. Žirnelių ir bolivinės baltos troškiny (augalinis) (tausojantis)	BG4-5/102AT	200	7.600	10.006	30.714	242.992
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
5. Raudonųjų lešų kotletai (augalinis) (tausojantis) (1)	SB-3(52)AT	180	15.814	2.700	52.586	297.900
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
Garnyrai (pasirinktinai)						
1. Virti griekiai (augalinis) (tausojantis)	SAM-ŠIL-GAFA(52)	180	8.370	1.760	43.820	226.880
2. Virti kieto grūdo makaronai su šalto spaudimo aliejumi (augalinis) (tausojantis) (1)	SB-6(41)AT	180	9.270	5.670	51.840	295.470
Salotos, daržovės (pasirinktinai)						
1. Morkų salotos su agurkais (augalinis)	SB-2(39)A	40	0.350	3.100	2.550	39.500
2. Kopūstų ir paprikų salotos (augalinis)	SB-2(32)A	40	0.560	3.795	3.840	48.697
3. Pomidorų skiltelės (augalinis)	Všl-TM-D000.3	40	0.400	0.080	1.640	8.880
4. Cukinių šiaudelių (augalinis)	SB-4(45)A	40	0.480	0.080	1.360	6.400
Vaisiai (teikiama prie pietų)						
Sezoniniai vaisiai	SB-16(58)	120	0.855	0.300	14.715	64.980
Gėrimai (savitarna)						
Vanduo su citrina	Všl-TM-G009	200	0.050	0.030	0.690	3.240
	Iš viso (1):		49.089	32.476	96.288	871.368
	Iš viso (2):		46.625	28.349	122.700	927.967
	Iš viso (3):		43.654	36.413	102.178	908.623
	Iš viso (4):		13.835	21.361	79.094	559.169
	Iš viso (5):		30.100	16.681	143.609	842.543

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB "Patatos bistro"
LTD

Technologė Violeta Šalčiuvienė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Dietistė Birutė Bunevičiūtė

Pietūs 10:30-13:00						
KOMPLEKSNIAI PIETŪS (sriuba, karštas patiekalas, vaisius, gėrimas)						
(sriubos, karšti patiekalai, garnyrai, salotos / daržovės - pasirinktinai, gėrimai - savitarna)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
SRIUBOS (pasirinktinai)						
1. Lešių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SB/E-1(3)AT	150	5.436	0.680	18.101	100.224
1. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
2. Trinta sūrio sriuba (tausojantis) (7)	SB-1(8)T	150	4.346	8.967	12.011	145.063
2. Skrebučiai (1)	VŠI-TM-U013	5	0.439	0.250	2.883	15.538
KARŠTI PATIEKALAI (pasirinktinai)						
1. Jautienos kukuliai (tausojantis) (1,3)	BG/E12-7/140T	160	36.387	18.363	18.997	386.803
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
2. Kiaulienos nugarinė (daryta daržovėmis ir fermentiniu sūriu (45%) (tausojantis) (1,3,7)	SB-11(22)T	160 (120/30/10)	31.287	8.414	3.971	216.759
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
3. Kiauliena saldžiarūgščiams padaže (tausojantis)	SB-11(7)T	180 (100/80)	15.300	13.500	24.300	279.900
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
4. Žiedinių kopūstų blynėliai (1,3,7)	SB-4(23)T	160	12.445	8.711	15.822	335.466
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
5. Lietiniai blynėliai su dešrele ir fermentiniu sūriu (45%) (1,3,7)	SB/PG/30-8(39)	270 (180/90)	17.789	31.886	52.567	670.848
pomidorų padažas	SB-14(14)	25	0.300	0.000	7.000	30.250
salotos / daržovės pasirinktinai		40				
Garnyrai (pasirinktinai)						
1. Bulvių košė su žiediniais kopūstais (tausojantis) (7)	SB-4(55)T	180	4.074	5.472	22.008	148.056
2. Virti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	SAM-ŠIL-GA/PA(50)	180	4.392	0.360	48.204	201.420
Salotos, daržovės (pasirinktinai)						
1. Virtų burokėlių salotos su šviežiais obuoliais (augalinis)	BG2-3/63A	40	0.388	3.906	4.012	52.754
2. Pekino salotos su morkomis ir brokoliais (augalinis)	SB-2(24)A	40	0.600	3.100	1.950	34.300
3. Šviežių agurkų lazdelės su krapais (augalinis)	SB-2(6)A	40	0.370	2.883	1.080	29.774
4. Konservuoti žirneliai (augalinis)	SB-2(71)A	40	2.400	0.500	3.200	26.900
Vaisiai (teikiami prie pietų)						
Sezoniniai vaisiai	SB-16(58)	120	0.855	0.300	14.715	64.980
Gėrimai (savitarna)						
Vanduo su citrina	VŠI-TM-G009	200	0.050	0.030	0.690	3.240
	Iš viso (1):		51.900	36.914	93.988	904.481
	Iš viso (2):		45.127	28.710	92.716	790.728
	Iš viso (3):		31.131	26.939	125.487	850.942
	Iš viso (4):		25.967	34.119	78.371	856.071
	Iš viso (5):		26.140	37.459	103.388	956.766

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALĄ

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Patatos bistro“

Technologė Violeta Šaltuvienė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Dietistė Birutė Bunevičiūtė

Pietūs 10:30-13:00						
KOMPLEKSINIAI PIETŪS (sriuba, karštas patiekalas, valsius, gėrimas)						
(sriubos, karšti patiekalai, gamyrai, salotos / daržovės - pasirinktinai, gėrimai - savitarna)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išleiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
SRIUBOS (pasirinktinai)						
1. Žaliųjų žirnelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	VŠJ-TM/E-Sr016	150	3.190	2.190	12.480	82.410
1. Skrebučiai (1)	VŠJ-TM-U013	5	0.439	0.250	2.883	15.538
2. Daržovių sultinys su makaronais (augalinis) (tausojantis) (1)	SB/PG/50-1(40)AT	150	3.151	0.776	17.680	89.056
2. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
KARŠTI PATIEKALAI (pasirinktinai)						
1. Žuvies (lydekų ir lašišų) filė paplotėliai, kepti konvekciniame pečiulyje (tausojantis) (3,4,7)	SAM-Ž-A(50)	160	31.815	17.097	4.546	299.319
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
2. Troškinta jūros lydeka grietinėlės (25%) padaže (tausojantis) (1,4,7)	SB-9(22)T	180 (140/40)	31.181	12.060	5.812	256.509
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
3. Tilapijos filė kepsnys (1,3,4)	SB-9(16)	140	24.267	7.700	2.069	174.642
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
4. Daržovių troškiny su pomidorų ir augalinės grietinėlės (15%) padaže (augalinis) (tausojantis)	SB-4(67)AT	200	3.773	5.961	25.400	175.677
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
5. Varškės (9%) skilandžiai (1,3,7)	SB/PG/30-7(2)	240	25.920	29.960	53.200	586.120
grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	25	0.600	7.500	0.775	73.250
Gamyrai (pasirinktinai)						
1. Virtos bulgur kruopos (augalinis) (tausojantis) (1)	VŠJ-TM-Gr006	180	6.324	5.820	39.036	233.736
2. Brinkinti griekiai su prieskoninėmis žolelėmis (augalinis) (tausojantis)	VŠJ-TM-Kr027	180	10.248	5.376	48.156	282.000
Salotos, daržovės (pasirinktinai)						
1. Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais ir žalumynais (augalinis)	SB-2(46)A	40	0.553	3.291	3.656	45.944
2. Salotų mišinys su špinatų lapeliais (augalinis)	SB-2(21)A	40	0.488	0.080	1.152	5.200
3. Morkų salotos su moliūgų sėklomis (augalinis)	SB-2(11)A	40	0.683	1.768	3.421	28.000
4. Brokoliai (augalinis)	SB-2(74)A	40	1.680	0.160	1.200	12.960
Vaisiai (tiejami prie pietų)						
Sezoniniai vaisiai	SB-16(58)	120	0.855	0.300	14.715	64.980
Gėrimai (savitarna)						
Vanduo su citrina	VŠJ-TM-G009	200	0.050	0.030	0.690	3.240
	Iš viso (1):	46.077	30.986	83.779	791.327	
	Iš viso (2):	50.229	25.521	105.717	845.339	
	Iš viso (3):	38.529	21.589	81.302	666.650	
	Iš viso (4):	22.821	19.422	125.305	482.507	
	Iš viso (5):	31.054	40.230	84.743	825.538	

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMA AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Patatos bistro“

Technologė Violeta Šalčiuvienė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Dietistė Birutė Bunevičiūtė

Vilniaus Žemės ūkio universitetas

Leona Armonavičiūtė

Pietūs 10:30-13:00						
KOMPLEKSNIAI PIETŪS (sriuba, karštas patiekalas, vaisius, gėrimas) (sriubos, karšti patiekalai, garnyrai, salotos / daržovės - pasirinktinai, gėrimai - savitarna)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
SRIUBOS (pasirinktinai)						
1. Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis) (1)	SB-1(23)AT	150	3.190	1.310	24.190	115.140
1. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
2. Trinta brokolių sriuba (tausojantis) (7,9)	SB/E-1(6)T	150	2.740	7.628	9.669	118.826
2. Skrebučiai (1)	Všj-TM-U013	5	0.439	0.250	2.883	15.538
KARŠTI PATIEKALAI (pasirinktinai)						
1. Vištienos šlaunelių mėsos guliašas (tausojantis) (1,7)	SB-10(36)T	180 (100/80)	36.332	19.060	7.194	347.244
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
2. Vištienos maltinukas su žaliuoju sviestu (82%) (tausojantis) (1,3,7)	SB-10(53)T	140 (130/10)	29.700	18.200	15.660	361.020
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
3. Vištienos filė kepsneliai sūrio (45%) padaže (tausojantis) (1,7)	SB-10(43)T	180 (100/80)	36.800	5.550	3.440	210.910
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
4. Vegetariški balandėliai įdaryti daržovėmis ir ryžiais (augalinis) (tausojantis)	SB-4(14)AT	220	3.936	7.774	26.424	174.731
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		40				
5. Avinžirnių troškiny su daržovėmis (pomidorais, paprikomis, morkomis) (augalinis) (tausojantis)	SB-5(3)AT	250	15.468	20.379	38.674	399.960
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
Garnyrai (pasirinktinai)						
1. Virti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	SAM-ŠIL-GARPA(50)	180	4.392	0.360	48.204	201.420
2. Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	BG4-3/65AT	180	3.708	0.185	33.928	152.213
Salotos, daržovės (pasirinktinai)						
1. Cukinijų, agurkų ir morkų salotos (augalinis)	SB-2(35)A	40	0.425	3.069	2.684	40.601
2. Virtų burokėlių salotos su raugintais kopūstais (augalinis)	SB-2(67)A	40	0.480	0.384	2.880	16.896
3. Morkų lazdelės (augalinis)	SB-4(53)A	40	0.392	0.064	3.476	16.048
4. Burokėliai su šparaginėmis pupelėmis (augalinis) (tausojantis) (11)	SB-1(6)T	40	0.856	2.861	3.273	41.822
Vaisiai (tiekiami prie pietų)						
Sezoniniai vaisiai	SB-16(58)	120	0.855	0.300	14.715	64.980
Gėrimai (savitarna)						
Vanduo su citrina	Všj-TM-G009	200	0.050	0.030	0.690	3.240
	Iš viso (1):		48.312	29.118	116.541	904.841
	Iš viso (2):		40.329	33.146	104.134	880.391
	Iš viso (3):		48.096	15.433	98.511	719.300
	Iš viso (4):		12.153	19.236	90.993	570.129
	Iš viso (5):		23.056	30.077	99.817	756.137

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Patatos bistro“

Technologė Violeta Šalčiuvienė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Dietistė Birutė Bunevičiūtė

Vilniaus žemės ūkio universitetas

Laura A.

Pietūs 10:30-13:00						
KOMPLEKSINIAI PIETŪS (sriuba, karštas patiekalas, vaisius, gėrimas)						
(sriubos, karšti patiekalai, garnyrai, salotos / daržovės - pasirinktinai, gėrimai - savitarna)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
SRIUBOS (pasirinktinai)						
1. Pomidorinė sriuba su bulvėmis ir cukinija (augalinis) (tausojantis)	SAM-ŠVSB-SR (15)	150	1.670	3.220	12.120	80.220
1. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
2. Rūgštynių sriuba (augalinis) (tausojantis) (1)	SB/PG/50-1(27)AT	150	1.510	2.330	10.560	68.910
2. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
KARŠTI PATIEKALAI (pasirinktinai)						
1. Kiaulienos maltinukai su kopūstais (tausojantis) (3)	SB/TR-11(1)T	160	20.822	13.746	17.760	278.042
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
2. Troškinta kiauliena su pupelėmis, pomidorais ir paprikomis (tausojantis) (1)	SB-11(32)T	180 (100/80)	21.980	24.360	6.600	333.560
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
3. Kiaulienos karbonadas (1,3)	SB-11(3)	120	26.743	16.719	3.223	192.187
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
4. Virti varškės (9%) kukuliukai (tausojantis) (1,3,7)	SB-7(34)T	250	31.000	16.500	54.500	490.500
grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	25	0.600	7.500	0.775	73.250
5. Vegetariškas plovos su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	SB-3(12)AT	250	5.099	7.016	40.553	248.587
salotos / daržovės pasirinktinai		40				
Garnyrai (pasirinktinai)						
1. Virti kieto grūdo makaronai su šalto spaudimo aliejumi (augalinis) (tausojantis) (1)	SB-6(41)AT	180	9.270	5.670	51.840	295.470
2. Virti griekiai (augalinis) (tausojantis)	SAM-ŠIL-GA/PA(52)	180	8.370	1.760	43.820	226.880
Salotos, daržovės (pasirinktinai)						
1. Šv. paprikų juostelės (augalinis)	SAM-LRV/KA-21Gar	40	0.520	0.200	2.640	12.800
2. Morkų salotos su brokoliais, saulėgrąžomis ir natūraliu jogurtu (3%) (7,10)	SB-2(86)	40	1.120	1.280	2.864	27.456
3. Gužinių kopūstų salotos su porais, obuoliais ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	SB/TR-2(38)A	40	0.450	1.600	3.050	25.750
4. Rauginoti agurkai (augalinis)	SB-4(26)A	40	0.160	0.114	0.886	5.211
Vaisiai (tiekiami prie pietų)						
Sezoniniai vaisiai	SB-16(58)	120	0.855	0.300	14.715	64.980
Gėrimai (savitarna)						
Vanduo su citrina	VŠI-TM-G009	200	0.050	0.030	0.690	3.240
	Iš viso (1):		36.257	27.840	115.800	850.619
	Iš viso (2):		36.355	33.654	95.060	826.237
	Iš viso (3):		41.278	26.903	93.243	696.174
	Iš viso (4):		35.355	28.340	90.475	758.330
	Iš viso (5):		9.174	12.360	78.199	459.688

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Patatos bistro“

Technologė Violeta Šalčiuvienė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Dietistė Birutė Bunevičiūtė

Pietūs 10:30-13:00						
KOMPLEKSINIAI PIETŪS (sriuba, karštas patiekalas, vaisius, gėrimas)						
(sriubos, karšti patiekalai, garnyrai, salotos / daržovės - pasirinktinai, gėrimai - savitarna)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
SRIUBOS (pasirinktinai)						
1. Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SB/E-1(14)AT	150	1.290	3.160	9.600	71.918
1. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
2. Kukurūzų sriuba (tausojantis) (7)	SB-1(9)T	150	2.530	4.973	11.201	105.453
2. Skrudintas balonas (1)	SB-16(4)	5	0.439	0.250	2.883	15.539
KARŠTI PATIEKALAI (pasirinktinai)						
1. Kalakutienos kukuliai su morkomis (tausojantis) (1,3)	BG10-3/62T	160 (150/110)	33.136	6.606	10.470	232.509
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
2. Vištienos šlaunelių mėsos kepsnys (1,3)	SB-10(46)	140	26.604	16.568	12.360	304.968
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
3. Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (morkų, cukinijų, kalafiorų) troškiny (tausojantis) (1,7)	SB-10(55)T	180 (100/80)	25.988	21.044	7.409	322.985
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
4. Orkaitėje kepti morkų kotletai su kopūstais (augalinis) (tausojantis) (1)	BG4-8/161AT	160	7.961	2.925	43.115	230.631
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
5. Grikių miltų paplotėliai su varške (9%) ir špinatais (1,3,7)	SB/O-3(20)	240	26.500	24.800	58.880	564.720
grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	25	0.600	7.500	0.775	73.250
Garnyrai (pasirinktinai)						
1. Virtos bulgur kruopos (augalinis) (tausojantis) (1)	VŠJ-TM-Gr006	180	6.324	5.820	39.036	233.736
2. Virti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	SAM-SIL-GA/PA(50)	180	4.392	0.360	48.204	201.420
Salotos, daržovės (pasirinktinai)						
1. Šv. kopūstų salotos su krapais (augalinis)	SB-2(76)A	40	0.400	1.050	1.050	15.250
2. Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	SB-2(34)A	40	0.720	8.172	3.271	56.351
3. Agurkų ir baltųjų ridikų salotos (augalinis)	SB-2(5)A	40	1.366	3.535	6.842	56.000
4. Brokoliai (augalinis)	SB-2(74)A	40	1.680	0.160	1.200	12.960
Vaisiai (tiejami prie pietų)						
Sezoniniai vaisiai	SB-16(58)	120	0.855	0.300	14.715	64.980
Gėrimai (savitarna)						
Vanduo su citrina	VŠJ-TM-G009	200	0.050	0.030	0.690	3.240
	Iš viso (1):		47.161	30.513	96.109	804.394
	Iš viso (2):		39.036	35.398	102.416	836.161
	Iš viso (3):		40.013	44.951	93.048	862.554
	Iš viso (4):		22.325	27.215	124.003	794.140
	Iš viso (5):		30.635	37.470	93.895	835.558

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALĄ

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Patatos bistro“

Technologė Violeta Šalčiuvienė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Dietistė Birutė Bunevičiūtė

Vilniaus miesto savivaldybės
Laura

Pietūs 10:30-13:00						
KOMPLEKSINIAI PIETŪS (sriuba, karštas patiekalas, vaisius, gėrimas) (sriubos, karšti patiekalai, gamyrai, salotos / daržovės - pasirinktinai, gėrimai - savitarna)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
SRIUBOS (pasirinktinai)						
1. Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (augalinis) (tausojantis)	SB/E-1(13)AT	150	2.212	1.268	12.072	68.473
1. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
2. Pomidorinė sriuba su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	BG1-3/33AT	150	1.502	3.374	14.718	95.240
2. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
KARŠTI PATIEKALAI (pasirinktinai)						
1. Kiaulienos plovos (tausojantis)	Vš[-TM/E-K001	300 (200/100)	24.057	13.529	52.722	428.873
salotos / daržovės pasirinktinai		40				
2. Kiaulienos maltinukai su kviečių sėlenomis (tausojantis) (1,3)	SB-11(28)T	160	39.340	14.300	21.450	350.260
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
3. Virti pilno grūdo makaronai su troškintos mėsos ir grietinės (30%) padažu (tausojantis) (1,7)	SAM-ŠIL-MA(3)	250 (167/83)	18.850	20.538	46.875	451.600
salotos / daržovės pasirinktinai		40				
4. Virti varškėtukai (varškė 9%) su viso grūdo miltais (1,3,7) (tausojantis)	BG7-3/60T	250	30.927	15.948	46.977	455.148
grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	25	0.600	7.500	0.775	73.250
5. Avinžirnių paplotėliai su daržovėmis (paprika, morkos, cukinija) (augalinis) (tausojantis)	BG5-8/160AT	180	15.458	4.648	54.520	321.743
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
Gamyrai (pasirinktinai)						
1. Brinkinti griekiai su prieskoningomis žolelėmis (augalinis) (tausojantis)	Vš[-TM-Kr027	180	10.248	5.376	48.156	282.000
2. Konvekciniame pečiuje keptos bulvės su apelsinų sultimis (augalinis) (tausojantis)	BG4-8/163AT	180	4.176	10.717	36.774	260.255
Salotos, daržovės (pasirinktinai)						
1. Rauginti agurkai (augalinis)	SB-4(26)A	40	0.160	0.114	0.886	5.211
2. Pekino kopūstų, kalafiorų ir virtų morkų salotos (7)	SB-2(80)	40	2.628	0.551	6.772	42.551
3. Pomidorų skiltelės su špinatų lapeliais ir mėlynaisiais svogūnais (augalinis)	SB-2(7)A	40	0.600	3.240	1.840	38.920
4. Morkų ir obuolių salotos su natūraliu jogurtu (7)	SB-2(60)	40	0.326	0.298	5.972	36.693
Vaisiai (tiekiami prie pietų)						
Sezoniniai vaisiai	SB-16(58)	120	0.855	0.300	14.715	64.980
Gėrimai (savitarna)						
Vanduo su citrina	Vš[-TM-G009	200	0.050	0.030	0.690	3.240
	Iš viso (1):		28.674	16.921	90.320	628.227
	Iš viso (2):		57.049	29.263	124.434	976.545
	Iš viso (3):		37.269	33.395	147.213	1029.373
	Iš viso (4):		38.388	25.535	101.805	799.433
	Iš viso (5):		23.629	12.129	106.702	639.261

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ IR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Patalos Bistros“

Technologė Violeta Šalčiuvienė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Dietistė Birutė Bunevičiūtė

Vilnius

Lauras

Pietūs 10:30-13:00						
KOMPLEKSINIAI PIETŪS (sriuba, karštas patiekalas, valsius, gėrimas)						
(sriubos, karšti patiekalai, gamyrai, salotos / daržovės - pasirinktinai, gėrimai - savitama)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveža	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
SRIUBOS (pasirinktinai)						
1. Trinta morkų ir lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SB-1(1)AT	150	5.176	6.698	17.437	144.482
1. Skrebučiai (1)	VŠI-TM-U013	5	0.439	0.250	2.883	15.538
2. Špinatų sriuba (augalinis) (tausojantis) (1)	SB-1(22)AT	150	1.570	4.260	9.250	80.370
2. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
KARŠTI PATIEKALAI (pasirinktinai)						
1. Jūros lydekų kepinukai, kepti konvekciniame krosnyje (tausojantis) (1,3,4)	SC-I(43)	160	26.082	8.310	11.350	224.522
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
2. Kepta tilapių filė daržovių ir pomidorų padaže (tausojantis) (1,3,4)	SB-9(18)T	190 (140/50)	30.638	5.225	4.334	186.913
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
3. Maltos žuvies (jūros lydekų) paplotėliai kukurūzų pluteleje (tausojantis) (3,4)	SB-9(2)T	160	32.519	14.398	23.058	351.381
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
4. Saldžioji paprika (daryta daržovėmis) (augalinis) (tausojantis)	SB-4(42)T	200 (80/120)	5.592	5.016	28.548	166.832
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		80				
5. Mieliniai blynai (1,3,7)	VŠI-TM-M004	240	20.057	13.029	95.657	580.114
trintos braškės	SB-14(16)A	25	0.156	0.000	3.094	11.750
Gamyrai (pasirinktinai)						
1. Virti kieto grūdo makaronai su šalto spaudimo aliejumi (augalinis) (tausojantis) (1)	SB-6(41)AT	180	9.270	5.670	51.840	295.470
2. Virtos perlinės kruopos su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis) (1)	BG3-5/105AT	180	5.382	4.592	41.222	227.741
Salotos, daržovės (pasirinktinai)						
1. Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	BG2-1/18A	40	0.298	3.251	1.056	34.673
2. Raudonųjų kopūstų salotos su morkomis (augalinis)	SB/D-2(17)A	40	0.550	0.950	2.500	17.050
3. Žalieji žemeliai (augalinis)	SB-4(61)A	40	1.880	0.520	5.160	32.840
4. Morkų, salierų gumbų ir pastarnokų lazdelės (augalinis) (tausojantis) (9)	SB-4(11)AT	40	0.300	1.600	7.250	40.900
Vaisiai (tekiami prie pletu)						
Sezoniniai vaisiai	SB-16(58)	120	0.855	0.300	14.715	64.980
Gėrimai (savitarna)						
Vanduo su citrina	VŠI-TM-G009	200	0.050	0.030	0.690	3.240
	Iš viso (1):		18.818	19.269	103.531	649.173
	Iš viso (2):		46.751	23.486	106.030	813.886
	Iš viso (3):		47.449	32.589	115.971	932.825
	Iš viso (4):		21.705	23.277	130.244	793.805
	Iš viso (5):		26.733	20.307	134.476	820.104

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ IR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

Patvirtino ugdymo įstaiga:

UAB „Patatos bistro“

Technologė Violeta Šalčiuvienė
Dietistė Birutė Bunevičiūtė

Pietūs 10:30-13:00						
KOMPLEKSNIAI PIETŪS (sriuba, karštas patiekalas, vaisius, gėrimas) (sriubos, karšti patiekalai, gamyrai, salotos / daržovės - pasirinktinai, gėrimai - savitarna)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
SRIUBOS (pasirinktinai)						
1. Daržovių sriuba su makaronais (augalinis) (tausojantis) (1)	SB/PG/50-1(2)AT	150	3.140	1.847	13.857	84.477
1. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
2. Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis) (1)	SB-1(19)T	150	2.514	3.864	19.376	121.716
2. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
KARŠTI PATIEKALAI (pasirinktinai)						
1. Traški vištiena (tausojantis) (1,3)	SB-10(3)T	140	33.450	2.810	14.908	218.722
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
2. Vištienos šlaunelių mėsos troškiny su pievagrybiais (tausojantis) (1,7,10)	SB-10(44)T	180 (100/80)	30.780	21.636	5.220	338.724
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
3. Vištienos maltinukas (darytas fermentiniu sūriu (45 %) (tausojantis) (1,3,7)	SB-10(35)T	140 (130/10)	34.180	14.800	20.340	347.860
gamyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
4. Varškės (9%) ir cukinijų paplotėliai (tausojantis) (3,7)	SB-7(20)T	240	37.017	32.563	10.287	482.283
natūralus jogurtas (2,5%) (7)	SB-14(17)	25	0.917	0.583	1.398	14.510
5. Pupelių ir daržovių (bulvės, morkos, brokoliai, paprikos) troškiny (augalinis) (tausojantis)	BG5-5/102AT	250	14.638	8.753	47.780	328.473
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
Gamyrai (pasirinktinai)						
1. Bulvių košė (tausojantis) (7)	Všj-TM-Gr012	180	4.086	5.274	30.024	183.906
2. Virti griekiai (augalinis) (tausojantis)	SAM-SIL-GA/PA(52)	180	8.370	1.760	43.820	226.880
Salotos, daržovės (pasirinktinai)						
1. Morkų salotos su salierais (augalinis) (9)	SB-2(20)A	40	0.444	2.589	3.289	33.708
2. Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	SB-2(19)A	40	0.680	5.000	4.695	68.210
3. Paprikų juostelės (augalinis)	SAM-LRVKA-21Ga	40	0.520	0.200	2.640	12.800
4. Šviežių agurkų griežinėliai (augalinis)	SB-4(46)A	40	0.320	0.080	0.920	4.400
Vaisiai (tekiami prie pietų)						
Sezoniniai vaisiai	SB-16(58)	120	0.855	0.300	14.715	64.980
Gėrimai (savitarna)						
Vanduo su citrina	Všj-TM-G009	200	0.050	0.030	0.690	3.240
	Iš viso (1):		44.885	19.810	94.973	731.893
	Iš viso (2):		41.589	40.653	90.804	889.134
	Iš viso (3):		49.899	28.286	114.201	904.005
	Iš viso (4):		42.096	38.517	55.223	734.069
	Iš viso (5):		26.073	25.753	127.845	841.644

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMA AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Patatos bistro“

Technologė Violeta Šalčiuvienė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Dietistė Birutė Bunevičiūtė

Vilniaus Žemės ūkio universitetas

Laura A. ...

Pietūs 10:30-13:00						
KOMPLEKSINIAI PIETŪS (sriuba, karštas patiekalas, vaisius, gėrimas) (sriubos, karšti patiekalai, garnyrai, salotos / daržovės - pasirinktinai, gėrimai - savitarna)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
SRIUBOS (pasirinktinai)						
1. Barščiai su bulvėmis (augalinis) (tausojančias)	SB/E-1(15)AT	150	1.600	4.060	14.530	97.430
1. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
1. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
2. Spindulinių pupuolių sriuba (augalinis) (tausojančias)	SB/E-1(42)AT	150	4.400	3.200	14.000	101.000
2. Grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	5	0.120	1.500	0.155	14.650
2. Viso grūdo duona (1,3,5,6,7,11)	SC-VII(1)	20	1.220	0.180	9.080	42.800
KARŠTI PATIEKALAI (pasirinktinai)						
1. Kiaulienos kukuliai pomidorų padaže (tausojančias) (1,3)	SB-11(26)T	200 (160/40)	34.800	11.380	36.360	387.100
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
2. Žemaičių blynai su kauliena (1,3)	VŠI-TM-D011	270 (200/70)	23.747	23.463	47.223	495.045
grietinė (30%) (7)	SC-V(14)	25	0.600	7.500	0.775	73.250
3. Kiaulienos nugarinė užkepta daržovėmis (tausojančias) (1,3,7)	SB-11(33)T	170 (130/40)	33.973	11.686	5.995	265.050
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
4. Vanilinis varškės (9%) pudingas (tausojančias) (3,7)	SB-7(21)T	230	31.242	19.933	30.092	424.733
trintos braškės	SB-14(16)A	25	0.156	0.000	3.094	11.750
5. Burokėlių kotletai (augalinis) (tausojančias) (1)	SB-4(19)AT	160	3.730	2.057	48.912	229.083
garnyrai pasirinktinai		180				
salotos / daržovės pasirinktinai		160				
Garnyrai (pasirinktinai)						
1. Virti ryžiai (augalinis) (tausojančias)	SAM-ŠIL-GA/PA(50)	180	4.392	0.360	48.204	201.420
2. Virtos bulgur kruopos (augalinis) (tausojančias) (1)	VŠI-TM-Gr006	180	6.324	5.820	39.036	233.736
Salotos, daržovės (pasirinktinai)						
1. Cukinijų šiaudeliai (augalinis)	SB-4(45)A	40	0.480	0.080	1.360	6.400
2. Raugintų kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	SB-2(29)A	40	0.338	1.599	2.716	26.597
3. Pomidorų - kalafiorų salotos (7)	SB-2(59)	40	0.875	0.255	2.075	14.095
4. Salotų mišinys su sėklomis (augalinis)	SB-2(10)A	40	1.384	3.632	4.628	54.220
Vaisiai (teikiami prie pietų)						
Sezoniniai vaisiai	SB-16(58)	120	0.855	0.300	14.715	64.980
Gėrimai (savitarna)						
Vanduo su citrina	VŠI-TM-G009	200	0.050	0.030	0.690	3.240
	Iš viso (1):		46.114	23.376	134.513	912.932
	Iš viso (2):		30.992	36.173	86.638	794.965
	Iš viso (3):		47.219	29.142	94.980	823.198
	Iš viso (4):		38.043	25.143	71.826	663.153
	Iš viso (5):		15.044	14.053	147.065	754.915

APIE PATIEKALUOSE ESANČIAS NETOLERAVIMĄ AR ALERGIJĄ SUKELIANČIAS MEDŽIAGAS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALĄ

Valgiaraštį sudarė:

UAB „Patatos bistro“

Technologė Violeta Šalčiuvienė

Patvirtino ugdymo įstaiga:

Dietistė Birutė Bunevičiūtė

Vilniaus miesto savivaldybės
Laura