

UAB „Sotega“ Raseinių skyrius

Prezidento Jono Žemaičio gimnazija

Kalnų g. 3, Raseiniai

(ikimokyklinio, priešmokyklinio ar bendrojo ugdymo programą vykdančios įstaigos ar vaikų stacionarios socialinių paslaugų įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

 15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

 11 ir vyr. m.

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo iki val.

1 savaitė pirmadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Penkių grūdų dribsnių košė (tausojantis)(A-1;7)	IKR79B	250	7,71	2,84	37,07	204,92
Sviestas 82% (A-7)	IVN11F	5	0,02	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45% (A-1;7)	IUŽ417A	20/5/15	5,80	8,71	12,74	149,48
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			13,54	15,65	49,84	391,56

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI29A	150	1,80	2,99	11,15	75,79
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Maltas kiaulienos šnicelis (A-1;3)	AKM3F	80	12,12	15,57	6,34	212,31
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGA1D	120	2,75	0,14	25,19	111,49
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA35B	100	1,34	5,19	6,66	71,42
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2A	100	0,80	0,20	11,00	43,00
Viso			20,76	24,41	76,03	585,19

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI29A	150	1,80	2,99	11,15	75,79
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Lęšių troškiny su kmynais (tausojantis) (augalinis) (A-1)	ADR300D	200	14,02	10,31	44,68	324,33
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA35B	100	1,34	5,19	6,66	71,42
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2A	100	0,80	0,20	11,00	43,00
Viso			19,91	19,01	89,18	585,72

Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	

Prezidento Jono Žemaičio
gimnazijos direktorius
Linas Dargavičius

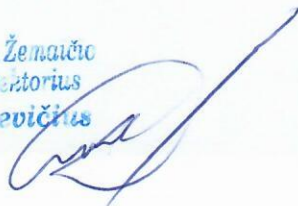
UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI29A	150	1,80	2,99	11,15	75,79
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Aukštaičių blynai (A-1,3,7)	AML8D	180	10,09	10,21	58,95	364,18
Grietinė 30% (A-7)	IVN10B	20	0,48	6,00	0,62	58,80
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2L	180	1,44	0,36	19,80	77,40
Viso			15,76	19,88	106,21	647,34

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI29A	150	1,80	2,99	11,15	75,79
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Troškinta kiauliena su česnakais (tausojantis)	AKM5953C	70	13,34	16,98	1,32	210,92
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGA1D	120	2,75	0,14	25,19	111,49
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA35C	110	1,48	5,71	7,33	78,57
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2A	100	0,80	0,20	11,00	43,00
Viso			22,12	26,34	71,68	590,93

Prezidento Jono Žemaičio
gimnazijos direktorius
Linas Dargevičius



UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė



1 savaitė antradienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Kvietinių kruopų košė (tausojantis)(A-1;7)	IKR22B	250	6,78	1,92	29,97	157,75
Sviestas 82% (A-7)	IVN11F	5	0,02	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir virta dešra (aukšč.r.) (A-1;6;7;9;10)	IUŽ425A	30/5/25	6,34	10,64	19,06	191,82
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			13,15	16,66	49,08	386,72

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI18A	150	1,39	1,61	10,37	56,72
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Varškės 9% apkepas (tausojantis) (A-1;3;7)	AAP5B	180	21,55	14,81	43,39	397,34
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PAD4A	20	0,37	3,31	1,39	36,89
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinai (augalinis)	IVN145C	180	1,26	0,54	16,92	68,40
Viso			26,51	20,60	87,76	630,51

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI18A	150	1,39	1,61	10,37	56,72
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Grikių ir daržovių maltinukai (tausojantis) (augalinis) (A-9)	ADR360A	180	7,38	7,14	44,53	260,34
Daržovių padažas (A-1)	PAD129C	30	0,49	2,27	4,06	36,68
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSA73F	80	0,87	4,21	4,86	53,27
Kefyras (A-7)	GĖR3A	200	5,80	5,00	8,00	104,00
Mandarinai (augalinis)	IVN145B	100	0,70	0,30	9,40	38,00
Viso			18,58	20,86	96,91	620,18

Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	

Prezidento Jono Žemaičio
gimnazijos direktorius
Linas Dargevičius

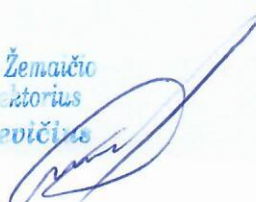
UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI18A	150	1,39	1,61	10,37	56,72
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Lietiniai blynėliai su obuolių įdaru (A-1)	AML88G	200/0	6,16	9,15	47,30	290,38
Grietinė 30% (A-7)	IVN10B	20	0,48	6,00	0,62	58,80
Pienas 2,5% (A-7)	GĖR91A	200	6,40	5,00	9,60	110,00
Mandarinai (augalinis)	IVN145E	190	1,33	0,57	17,86	72,20
Viso			17,71	22,66	101,44	659,26

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI18A	150	1,39	1,61	10,37	56,72
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Maltas vištienos kepsnys (A-1;3)	AKM218B	80	13,04	10,61	12,21	194,19
Biri sorų kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GGA175A	120	4,59	4,57	30,11	182,29
Pekino kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	GSA73A	110	1,20	5,79	6,68	73,25
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinai (augalinis)	IVN145B	100	0,70	0,30	9,40	38,00
Viso			22,87	23,20	84,46	615,62

Prezidento Jono Žemaičio
gimnazijos direktorius
Linas Dargevičius



UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė



1 savaitė trečiadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Makaronai su virta dešra (aukšč.r.) pomidorų padaže (tausojantis) (A-1;6;9;10;11)	AML210D	250	11,98	7,76	58,15	352,19
Kakava su pienu 2,5% be cukraus (A-7)	GĖR63A	200	3,67	4,17	4,96	74,28
Viso			15,65	11,93	63,11	426,47

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRI10A	150	3,80	3,46	13,31	89,91
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Kiaulienos kepsnys (A-1;3)	AKM5B	80	17,89	7,60	1,27	147,14
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA7B	120	4,46	3,88	30,76	167,91
Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.) (augalinis)	GSA165B	100	1,57	5,12	10,39	85,61
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	IVN3A	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso			30,07	20,78	84,42	614,74

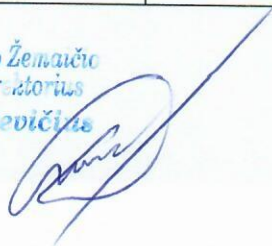
Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRI10A	150	3,80	3,46	13,31	89,91
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Troškintos daržovės su pomidorų padažu (augalinis) (tausojantis) (A-1)	ADR349C	200	4,34	7,67	28,28	191,18
Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.) (augalinis)	GSA165B	100	1,57	5,12	10,39	85,61
Kefyras (A-7)	GĖR3A	200	5,80	5,00	8,00	104,00
Obuoliai (augalinis)	IVN3A	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso			17,86	21,98	88,67	594,87

Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	

Prezidento Jono Žemaičio
gimnazijos direktorius
Linas Dargevičius



UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė



Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRI10A	150	3,80	3,46	13,31	89,91
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Virti varškėčiai (tausojantis) (A-1;3;7)	AVR12H	180	18,86	10,58	48,30	363,51
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PAD4A	20	0,37	3,31	1,39	36,89
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	IVN3K	180	0,72	0,72	23,40	95,40
Viso			25,69	18,40	102,10	656,88

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRI10A	150	3,80	3,46	13,31	89,91
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Užkepti natūralūs kiaulienos kotletai (tausojantis) (A-3;7)	AKM157C	70	10,75	16,41	0,99	193,48
Virti makaronai (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA23A	100	3,93	1,95	27,61	147,34
Burokėlių salotos su salotų padažu (alieja, česn, citr.) (augalinis)	GSA165B	100	1,57	5,12	10,39	85,61
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	IVN3A	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso			22,41	27,67	80,99	640,51

Prezidento Jono Žemaičio
gimnazijos direktorius
Linas Dargėnas

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

1 savaitė ketvirtadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Miežinių kruopų košė (tausojantis) (A-1;7)	IKR8B	250	6,43	2,07	33,94	172,48
Sviestas 82% (A-7)	IVN11F	5	0,02	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% (A-1,7)	IUŽ403A	45/5	4,26	5,36	28,57	172,78
Švž. pomidorai (augalinis)	GSA88E	30	0,30	0,06	1,23	5,10
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			11,01	11,59	63,78	387,50

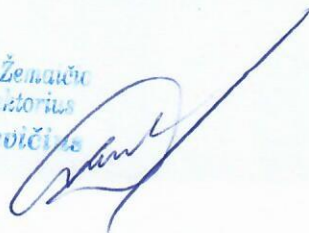
Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI14A	150	0,94	4,26	7,43	68,18
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Troškinta vištiena su ciberžole (tausojantis)	AKM5956A	80	16,06	11,96	0,05	172,06
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA6B	110	3,49	3,68	26,80	146,72
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSA95B	100	1,06	5,19	8,70	76,61
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1A	100	1,20	0,30	23,10	97,00
Viso			24,71	25,72	81,77	631,74

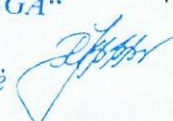
Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI14A	150	0,94	4,26	7,43	68,18
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Pupelių ir daržovių troškiny (tausojantis) (augalinis)	ADR189D	220	12,16	10,94	39,78	275,79
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSA95F	110	1,17	5,71	9,57	84,27
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1A	100	1,20	0,30	23,10	97,00

Prezidento Jono Žemaičio
gimnazijos direktorius
Linas Dargevičius



UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė



Viso	17,41	21,54	95,57	596,41
-------------	--------------	--------------	--------------	---------------

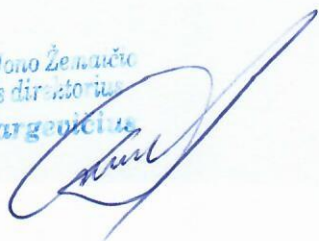
Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI14A	150	0,94	4,26	7,43	68,18
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Troškintas vištienos kukulis (tausojantis) (A-1;3)	AKM145B	80	11,96	8,63	8,92	159,11
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA6B	110	3,49	3,68	26,80	146,72
Morkų salotos su česnakais ir aliejumi (augalinis)	GSA95B	100	1,06	5,19	8,70	76,61
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1A	100	1,20	0,30	23,10	97,00
Viso			19,95	22,28	85,41	595,07

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI14A	150	0,94	4,26	7,43	68,18
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Sklindžiai su bananais (A-1;3;7)	AML30G	160	9,71	8,90	62,97	365,51
Grietinė 30% (A-7)	IVN10B	20	0,48	6,00	0,62	58,80
Kakava su pienu 2,5% be cukraus (A-7)	GĖR63A	200	3,67	4,17	4,96	74,28
Kriaušė (augalinis)	IVN4L	180	0,72	0,54	24,12	93,60
Viso			17,47	24,20	115,79	731,53

Prezidento Jono Žemaičio
gimnazijos direktorius
Linas Dargevičius



UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė



1 savaitė penktadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Grikių košė (tausojantis) (A-7)	IKR66C	250	7,21	2,26	36,02	190,18
Sviestas 82% (A-7)	IVN11F	5	0,02	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu (A-1;3;7)	IUŽ21A	35/5/25	5,52	7,41	19,32	161,70
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			12,75	13,77	55,38	389,02

Pietūs

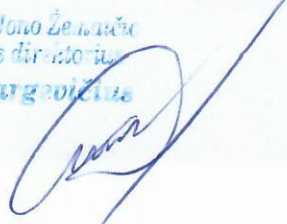
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Daržovių sriuba su šparaginėmis pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI5A	150	1,01	2,88	6,26	50,76
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137D	40	2,59	0,44	20,92	94,89
Kepta lydekos filė (A-1;4)	AŽU34C	80	16,36	4,39	3,10	117,46
Bulvių košė (tausojantis) (A-7)	GGA172D	150	3,65	3,41	27,73	154,75
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSA43F	120	1,54	6,20	12,75	104,30
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Kriaušė (augalinis)	IVN4A	100	0,40	0,30	13,40	52,00
Viso			25,54	17,62	84,16	574,15

Pietūs 2 variantas


Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Daržovių sriuba su šparaginėmis pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI5A	150	1,01	2,88	6,26	50,76
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Ryžių ir daržovių maltiniai (augalinis) (tausojantis)	ADR361A	220	5,64	7,80	45,83	255,91
Daržovių padažas (A-1)	PAD129C	30	0,49	2,27	4,06	36,68
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSA43E	90	1,15	4,65	9,56	78,22
Kefyras (A-7)	GĖR3A	200	5,80	5,00	8,00	104,00
Kriaušė (augalinis)	IVN4A	100	0,40	0,30	13,40	52,00
Viso			16,43	23,23	102,79	648,74

Pietūs 3 variantas

Prezidento Jono Žemaitės
gimnazijos direktoriaus
Linas Dargevičius



UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė



Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Daržovių sriuba su šparaginėmis pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI5A	150	1,01	2,88	6,26	50,76
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Mieliniai blynėliai su varške (A-1;3;7)	AML21D	180	14,99	11,53	72,98	449,84
Grietinė 30% (A-7)	IVN10B	20	0,48	6,00	0,62	58,80
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Kriaušė (augalinis)	IVN4L	180	0,72	0,54	24,12	93,60
Viso			19,14	21,28	119,67	724,16

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Daržovių sriuba su šparaginėmis pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI5A	150	1,01	2,88	6,26	50,76
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Kiaulienos plovai (tausojantis)	AKM189A	200/0	12,55	16,70	38,08	343,25
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSA43B	100	1,28	5,17	10,62	86,92
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Kriaušė (augalinis)	IVN4A	100	0,40	0,30	13,40	52,00
Viso			17,18	25,37	84,06	604,09

Prezidento Jono Žemaičio
gimnazijos direktorius
Linas Dargavičius

UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

2 savaitė pirmadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Sorų kruopų košė (tausojantis) (A-7)	IKR7C	250	6,71	3,05	31,83	184,25
Sviestas 82% (A-7)	IVN11F	5	0,02	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir varške 9% (A-1;7)	IUŽ22A	30/5/20	6,04	6,74	19,76	159,57
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			12,78	13,89	51,64	380,97

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI160A	150	2,03	2,91	10,38	70,12
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137D	40	2,59	0,44	20,92	94,89
Garintas kiaulienos maltinis (tausojantis) (A-1;3)	AKM209B	80	11,93	12,82	9,81	200,10
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGA1E	130	2,98	0,15	27,29	120,78
Pekino kopūstų, obuolių ir porų salotos (augalinis)	GSA573F	120	1,29	7,56	7,07	91,59
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2A	100	0,80	0,20	11,00	43,00
Viso			21,62	24,07	86,47	620,48

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI160A	150	2,03	2,91	10,38	70,12
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Daržovių ir perlinių kruopų troškiny (augalinis) (tausojantis) (A-1)	ADR253F	220	8,01	6,48	46,16	249,74
Pekino kopūstų, obuolių ir porų salotos (augalinis)	GSA573C	90	0,97	5,67	5,30	68,69
Kefyras (A-7)	GĖR3A	200	5,80	5,00	8,00	104,00
Apelsinai (augalinis)	IVN2A	100	0,80	0,20	11,00	43,00
Viso			19,55	20,58	96,54	606,72

Pietūs 3 variantas

Prezidento Jono Žemaičio
gimnazijos direktorius
Linas Dargaičys

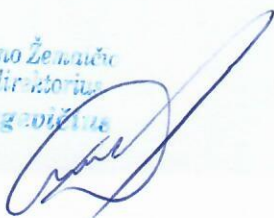
UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI160A	150	2,03	2,91	10,38	70,12
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Sklandžiai su obuoliais (A-1;3;7)	AML2G	180	10,60	10,04	66,79	393,21
Grietinė 30% (A-7)	IVN10B	20	0,48	6,00	0,62	58,80
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2L	180	1,44	0,36	19,80	77,40
Viso			16,49	19,63	113,28	670,69

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI160A	150	2,03	2,91	10,38	70,12
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Kiaulienos nugarinės suktinukas (A-1;3)	AKM5957A	80	18,03	6,71	3,04	146,72
Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)(A-1)	GGA21B	120	5,54	3,79	30,89	172,03
Pekino kopūstų, obuolių ir porų salotos (augalinis)	GSA573G	110	1,18	6,93	6,48	83,96
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2A	100	0,80	0,20	11,00	43,00
Viso			29,53	20,86	77,48	586,99

Prezidento Jono Žemaitės
gimnazijos direktorius
Linas Dargavičius



UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė



2 savaitė antradienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Ryžių košė (tausojantis) (A-7)	IKR1B	250	5,01	2,69	29,80	158,58
Sviestas 82% (A-7)	IVN11F	5	0,02	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virta dešra (aukšč.r.) (A-1;6;7;9;10)	IUŽ374A	30/5/30	6,30	11,27	16,42	187,36
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			11,33	18,06	46,26	383,09

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI9A	150	2,81	2,99	10,70	73,30
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Troškinta vištiena su morkomis ir žirneliais (tausojantis) (A-1;7)	AKM206A	100/0	13,08	11,56	5,30	171,61
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA7B	120	4,46	3,88	30,76	167,91
Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.) (augalinis)	GSA165A	110	1,73	5,63	11,42	94,17
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	IVN3A	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso			24,43	24,78	86,87	631,15

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI9A	150	2,81	2,99	10,70	73,30
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Virti makaronai su daržovėmis (žirn,mork,svogūn) (tausojantis)(A-1)	AML24A	136/34	6,47	3,38	42,58	225,42
Burokėlių salotos su salotų padažu (aliej, česn, citr.) (augalinis)	GSA165B	100	1,57	5,12	10,39	85,61
Kefyras (A-7)	GĖR3A	200	5,80	5,00	8,00	104,00
Obuoliai (augalinis)	IVN3A	100	0,40	0,40	13,00	53,00

Viso	18,99	17,21	100,36	612,49
-------------	--------------	--------------	---------------	---------------

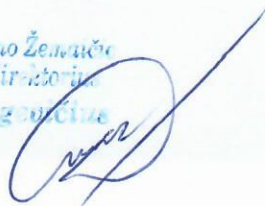
Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI9A	150	2,81	2,99	10,70	73,30
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Mieliniai blynėliai (A-1;3;7)	AML222H	160	11,52	8,92	71,30	405,73
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PAD4C	30	0,55	4,97	2,08	55,34
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	IVN3K	180	0,72	0,72	23,40	95,40
Viso			16,89	17,82	117,95	677,21

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI9A	150	2,81	2,99	10,70	73,30
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Vištienos plovai (tausojantis)	AKM190A	200/0	12,71	11,94	38,08	301,13
Burokėlių salotos su salotų padažu (alieji, česn, citr.) (augalinis)	GSA165B	100	1,57	5,12	10,39	85,61
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	IVN3A	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso			19,43	20,78	87,86	584,21

Prezidento Jono Žemaitės
gimnazijos direktoriaus
Linas Dargenavičius



UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė



2 savaitė trečiadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Trijų grūdų dribsnių košė (tausojantis) (A-1;7)	IKR85E	250	7,45	2,98	30,62	176,94
Sviestas 82% (A-7)	IVN11F	5	0,02	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu (A-1,3,7)	IUŽ359A	30/5/25	5,92	7,86	19,24	166,82
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			13,39	14,95	49,89	380,91

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI28A	150	1,09	1,54	8,83	50,88
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Bulvių plokštainis su vištiena (A-7)	ADR65B	180	11,60	8,10	53,55	330,06
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PAD4A	20	0,37	3,31	1,39	36,89
Kefyras (A-7)	GĖR3A	200	5,80	5,00	8,00	104,00
Kriaušė (augalinis)	IVN4L	180	0,72	0,54	24,12	93,60
Viso			21,52	18,82	111,59	686,59


Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI28A	150	1,09	1,54	8,83	50,88
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Avinžirnių troškiny su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)(A-1)	ADR322B	200	14,61	8,85	48,72	321,94
Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA23A	120	1,42	6,23	8,17	84,63
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Kriaušė (augalinis)	IVN4A	100	0,40	0,30	13,40	52,00
Viso			19,45	17,25	94,81	580,61

Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI28A	150	1,09	1,54	8,83	50,88

Prezidento Jono Šemaitės
gimnazijos direktoriaus
Linas Dargaudis



UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

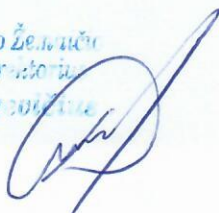


Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Maltas kiaulienos kepsnys su kmyvais (A-1;3;7)	AKM131B	80	14,50	16,94	4,44	227,44
Biri kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)(A-1)	GGA21B	120	5,54	3,79	30,89	172,03
Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA23B	100	1,18	5,19	6,81	70,52
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Kriaušė (augalinis)	IVN4A	100	0,40	0,30	13,40	52,00
Viso			24,66	28,09	80,05	644,04

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI28A	150	1,09	1,54	8,83	50,88
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Tarkuotų bulvių cepelinai su kiaulienos mėsos įdaru	ADR25F	140/60	14,40	12,21	55,21	383,91
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PAD4A	20	0,37	3,31	1,39	36,89
Kefyras (A-7)	GĖR3A	200	5,80	5,00	8,00	104,00
Kriaušė (augalinis)	IVN4M	190	0,76	0,57	25,46	98,80
Viso			24,36	22,96	114,58	745,64

Prezidento Jono Žemaitės
gimnazijos direktoriaus
Linas Dainys



UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė



2 savaitė ketvirtadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Perlinių kruopų košė (tausojantis) (A-1;7)	IKR6B	250	6,38	2,61	34,15	177,34
Sviestas 82% (A-7)	IVN11F	5	0,02	4,10	0,04	37,15
Batonas su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45% (A-1;7)	IUŽ360A	30/5/20	8,04	10,34	19,08	196,97
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			14,45	17,05	53,27	411,46

Pietūs

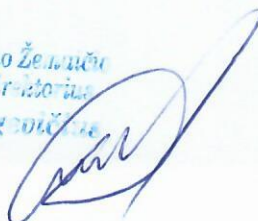
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Ankštinių daržovių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI20A	150	3,14	2,98	11,65	79,47
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Kepta vištiena (A-7)	AKM56B	80	13,81	12,55	0,14	168,85
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	GGA5G	120	8,19	5,33	45,03	256,59
Burokėliai su užpilu (augalinis)	GSA84E	70	1,08	3,57	7,15	59,37
Švž. agurkai (augalinis)	GSA2E	30	0,24	0,06	0,69	3,30
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinai (augalinis)	IVN145B	100	0,70	0,30	9,40	38,00
Viso			29,10	25,11	89,75	676,74

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Ankštinių daržovių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI20A	150	3,14	2,98	11,65	79,47
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137D	40	2,59	0,44	20,92	94,89
Grikių kruopų troškiny su daržovėmis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	IKR169B	200	9,05	6,01	46,86	263,53
Burokėliai su užpilu (augalinis)	GSA84C	90	1,39	4,59	9,19	76,33
Švž. agurkai (augalinis)	GSA2F	20	0,16	0,04	0,46	2,20
Kefyras (A-7)	GĖR3A	200	5,80	5,00	8,00	104,00
Mandarinai (augalinis)	IVN145B	100	0,70	0,30	9,40	38,00
Viso			22,83	19,35	106,48	658,41

Pietūs 3 variantas

Prezidento Jono Žemaičio
gimnazijos direktorius
Linas Dargavičius



UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

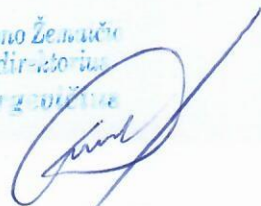


Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Ankštinių daržovių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI20A	150	3,14	2,98	11,65	79,47
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Kepti/virti sūrinukai (A-1;7)	AML44D	180	19,08	10,27	69,51	440,94
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PAD4A	20	0,37	3,31	1,39	36,89
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinas (augalinis)	IVN145C	180	1,26	0,54	16,92	68,40
Viso			25,79	17,43	115,16	696,86

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Ankštinių daržovių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI20A	150	3,14	2,98	11,65	79,47
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Maltas vištienos šnicelis (A-1;3)	AKM4B	80	12,31	9,94	6,34	162,39
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	GGA5G	120	8,19	5,33	45,03	256,59
Burokėliai su užpilu (augalinis)	GSA84G	80	1,24	4,08	8,17	67,85
Švž. agurkai (augalinis)	GSA2E	30	0,24	0,06	0,69	3,30
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinas (augalinis)	IVN145B	100	0,70	0,30	9,40	38,00
Viso			27,11	22,90	91,74	655,04

Prezidento Jono Žemaičio
gimnazijos direktoriaus
Linas Dargaušius



UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė



2 savaitė penktadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Virti makaronai su fermentiniu sūriu 45% (tausojantis) (A-1;7)	AML22I	260	15,07	11,71	66,07	438,53
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			15,07	11,71	66,08	438,53

Pietūs

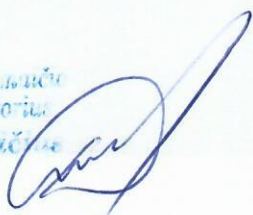
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI27A	150	1,86	2,92	12,05	79,04
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Riebios žuvies ir lydekos kotletas (tausojantis) (A-1;3;4)	AŽU187B	80	13,61	7,92	8,84	160,30
Bulvių tyrė (tausojantis) (A-7)	GGA8B	120	2,98	0,63	22,28	105,50
Pekino kopūstų, obuolių, agurkų salotos (augalinis)	GSA70B	100	1,04	6,28	5,64	75,41
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1A	100	1,20	0,30	23,10	97,00
Viso			22,63	18,37	87,60	588,42

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI27A	150	1,86	2,92	12,05	79,04
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Daržovių ir grikių kepinukai (augalinis) (tausojantis)	ADR185G	170	5,96	4,32	35,77	193,18
Daržovių padažas (A-1)	PAD129C	30	0,49	2,27	4,06	36,68
Pekino kopūstų, obuolių, agurkų salotos (augalinis)	GSA70H	80	0,83	5,03	4,51	60,33
Kefyras (A-7)	GĖR3A	200	5,80	5,00	8,00	104,00
Bananas (augalinis)	IVN1A	100	1,20	0,30	23,10	97,00
Viso			18,09	20,17	103,18	641,39

Pietūs 3 variantas

Prezidento Jono Žemaičio
gimnazijos direktorius
Linas Dargavičius



UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė



Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI27A	150	1,86	2,92	12,05	79,04
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Kepti varškėčiai (A-1;3;7)	AVR11B	180	26,52	22,04	42,94	474,63
Uogų padažas	PAD103B	20	0,11	0,10	3,30	12,12
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1J	180	2,16	0,54	41,58	174,60
Viso			31,95	25,81	110,33	787,83

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	SRI27A	150	1,86	2,92	12,05	79,04
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Vištienos ir grikių troškiny (tausojantis)	AKM205D	180/0	16,31	10,76	37,54	307,43
Pekino kopūstų, obuolių, agurkų salotos (augalinis)	GSA70B	100	1,04	6,28	5,64	75,41
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1A	100	1,20	0,30	23,10	97,00
Viso			22,35	20,58	94,02	630,04

3 savaitė pirmadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis)(A-7)	IKR23B	250	6,15	2,62	33,69	186,10
Sviestas 82% (A-7)	IVN11A	7	0,04	5,74	0,06	52,01
Skrebutis (A-1;3;7)	IUŽ1C	50	4,92	3,26	27,28	151,79
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			11,11	11,62	61,02	389,90

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Barščių sriuba su švž. kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI19A	150	1,17	2,17	7,80	50,24
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Troškinta vištiena su česnakais (tausojantis)	AKM5935B	80	15,52	11,45	1,51	170,54
Virti makaronai (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA23B	120	4,72	2,34	33,14	176,81
Kopūstų, morkų, obuolių, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA525A	100	1,11	5,23	7,92	76,22
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Kriaušė (augalinis)	IVN4A	100	0,40	0,30	13,40	52,00
Viso			24,87	21,82	79,46	596,97

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Barščių sriuba su švž. kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI19A	150	1,17	2,17	7,80	50,24
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Pupelių ir daržovių troškiny su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis) (A-1)	ADR183B	250	15,19	10,65	55,12	337,10
Kopūstų, morkų, obuolių, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA525A	100	1,11	5,23	7,92	76,22
Kefyras (A-7)	GĖR3A	200	5,80	5,00	8,00	104,00
Kriaušė (augalinis)	IVN4A	100	0,40	0,30	13,40	52,00
Viso			25,62	23,68	107,93	690,73

Pietūs 3 variantas

Prezidento Jono Žemaitės
gimnazijos direktoriaus
Linas Dargavičius

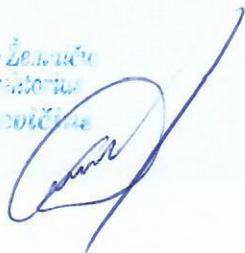
UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Barščių sriuba su švž. kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI19A	150	1,17	2,17	7,80	50,24
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137C	25	1,62	0,27	13,08	59,30
Vištienos kukulis su morkomis (tausojantis) (A-1;3)	AKM15B	80	12,26	9,40	7,08	160,25
Virti makaronai (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA23B	120	4,72	2,34	33,14	176,81
Kopūstų, morkų, obuolių, svogūnų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA525H	110	1,22	5,76	8,71	83,84
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Kriaušė (augalinis)	IVN4A	100	0,40	0,30	13,40	52,00
Viso			21,39	20,24	83,20	582,45

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Barščių sriuba su švž. kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI19A	150	1,17	2,17	7,80	50,24
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Miltiniai blynėliai (A-1;3;7)	AML26B	160	11,05	9,17	71,05	405,53
Grietinė 30% (A-7)	IVN10B	20	0,48	6,00	0,62	58,80
Kakava su pienu 2,5% be cukraus (A-7)	GĖR63A	200	3,67	4,17	4,96	74,28
Kriaušė (augalinis)	IVN4L	180	0,72	0,54	24,12	93,60
Viso			19,03	22,38	124,24	753,61

Prezidento Jono Žemaičio
gimnazijos direktorius
Linas Dargavičius



UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė



3 savaitė antradienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Manų košė su cinamonu (tausojantis) (A-1;7)	IKR82B	250	6,07	2,00	33,27	178,36
Sviestas 82% (A-7)	IVN11F	5	0,02	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virtu kiaušiniu (A-1;3;7)	IUŽ381A	40/5/25	5,86	7,46	22,06	173,88
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			11,96	13,56	55,37	389,39

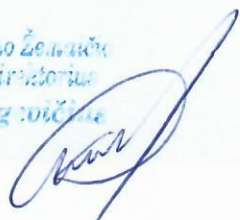
Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI11A	150	0,74	2,81	5,64	50,51
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Kiaulienos maltinis (A-1;3)	AKM93C	70	10,62	13,80	6,68	191,95
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA7B	120	4,46	3,88	30,76	167,91
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSA43J	70	0,90	3,62	7,44	60,84
Švž. pomidorai (augalinis)	GSA88E	30	0,30	0,06	1,23	5,10
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinai (augalinis)	IVN145B	100	0,70	0,30	9,40	38,00
Viso			19,66	24,79	76,84	585,48

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI11A	150	0,74	2,81	5,64	50,51
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137D	40	2,59	0,44	20,92	94,89
Daržovių košė su žirniais (tausojantis) (augalinis)	ADR364A	230	13,38	11,45	44,49	310,86
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSA43F	120	1,54	6,20	12,75	104,30
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinai (augalinis)	IVN145B	100	0,70	0,30	9,40	38,00
Viso			18,95	21,19	93,20	598,56

Prezidento Jono Žemaitė
gimnazijos direktoriaus
Linas Dargavičius



UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė



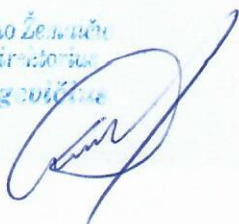
Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI11A	150	0,74	2,81	5,64	50,51
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Avižinių dribsnių ir obuolių blynėliai (A-1,3,7)	AML142D	180	12,02	19,09	58,52	441,94
Grietinė 30% (A-7)	IVN10B	20	0,48	6,00	0,62	58,80
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinai (augalinis)	IVN145C	180	1,26	0,54	16,92	68,40
Viso			16,45	28,77	97,39	690,82

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI11A	150	0,74	2,81	5,64	50,51
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137D	40	2,59	0,44	20,92	94,89
Lietuviškas kiaulienos karbonadas (A-1;3)	AKM62B	80	18,04	6,75	2,75	145,97
Biri miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA7B	120	4,46	3,88	30,76	167,91
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi (augalinis)	GSA43G	110	1,41	5,68	11,68	95,61
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Mandarinai (augalinis)	IVN145B	100	0,70	0,30	9,40	38,00
Viso			27,94	19,85	81,15	592,89

Prezidento Jono Šeštokio
gimnazijos direktoriaus
Linas Dargavičius



UAB „SOTEGA“

Direktorė

Rita Juškienė



3 savaitė trečiadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Kvietinių kruopų košė su pakepintomis morkomis (augalinis) (tausojantis)	IKR168A	250	6,70	5,20	38,09	214,53
Batonas su sviestu 82% ir varške 9% (A-1;7)	IUŽ372A	30/5/30	7,64	7,64	20,11	175,57
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			14,34	12,84	58,20	390,10

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Avinžirnių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI474A	150	3,08	3,42	10,39	82,77
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Kiauliena troškinta su šviežiais kopūstais (tausojantis)	AKM449D	120	14,23	19,35	4,20	244,22
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	GGA1B	100	2,29	0,11	20,99	92,91
Morkų lazdelės (augalinis)	GSA417F	110	1,10	0,22	9,57	34,10
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1A	100	1,20	0,30	23,10	97,00
Viso			23,86	23,74	83,95	622,16

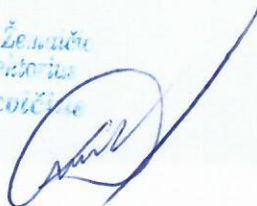
Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Avinžirnių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI474A	150	3,08	3,42	10,39	82,77
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Plovas su daržovėmis (tausojantis) (augalinis)	AKM536A	200	4,65	10,25	40,90	258,77
Morkų lazdelės (augalinis)	GSA417D	80	0,80	0,16	6,96	24,80
Kefyras (A-7)	GĖR3A	200	5,80	5,00	8,00	104,00
Bananas (augalinis)	IVN1A	100	1,20	0,30	23,10	97,00
Viso			17,48	19,46	105,05	638,50

Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	

Prezidento Jono Žemaičio
gimnazijos direktoriaus
Linas Dvorničius



UAB „SOTEGA“

Direktorė

Rita Juškienė

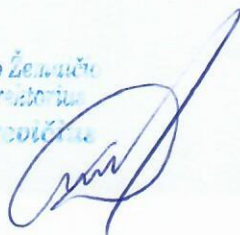


Avinžirnių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI474A	150	3,08	3,42	10,39	82,77
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137B	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Ryžių apkepas su varške 9% (tausojantis) (A-1;3;7)	AAP7D	170	11,03	8,43	55,13	334,39
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PAD4C	30	0,55	4,97	2,08	55,34
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1J	180	2,16	0,54	41,58	174,60
Viso			18,12	17,58	119,65	694,54

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Avinžirnių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI474A	150	3,08	3,42	10,39	82,77
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Natūralus maltas kiaulienos pjausnys (A-1;3)	AKM75B	80	11,93	15,81	5,80	211,50
Biri ryžių košė (augalinis) (tausojantis)	GGA4E	120	2,76	4,05	29,86	160,83
Morkų lazdelės (augalinis)	GSA417F	110	1,10	0,22	9,57	34,10
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Bananas (augalinis)	IVN1A	100	1,20	0,30	23,10	97,00
Viso			22,02	24,14	94,42	657,37

Prezidento Jono Žemaičio
gimnazijos direktorius
Linas Dargavičius



UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė



3 savaitė ketvirtadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Omletas (A-1;3;7)	IKI11B	80	7,09	7,91	5,16	120,01
Batonas (A-1)	IVN7D	40	3,76	1,12	25,36	120,56
Burokėliai su užpilu (augalinis)	GSA84H	180	2,78	9,18	18,39	152,66
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			13,63	18,21	48,91	393,23

Pietūs

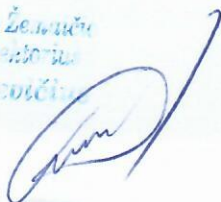
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI22C	150	1,44	2,90	7,36	57,99
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Virtos vištienos maltinis (tausojantis) (A-1;3;7)	AKM33B	80	13,55	9,65	9,90	178,32
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA6D	120	3,81	4,01	29,24	160,06
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA35B	100	1,34	5,19	6,66	71,42
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	IVN3A	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso			22,49	22,48	81,85	591,95

Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI22C	150	1,44	2,90	7,36	57,99
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Daržovių kotletai su žirnių miltais (augalinis) (A-1)	ADR362A	220	6,77	11,68	49,88	315,57
Daržovių padažas (A-1)	PAD129B	20	0,33	1,52	2,70	24,46
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA35H	60	0,81	3,11	4,00	42,85
Kefyras (A-7)	GĖR3A	200	5,80	5,00	8,00	104,00
Obuoliai (augalinis)	IVN3A	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso			17,50	24,94	100,63	669,03

Pietūs 3 variantas

Prezidento Jono Šeštoko
gimnazijos direktoriaus
Linasas Dargausis



UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

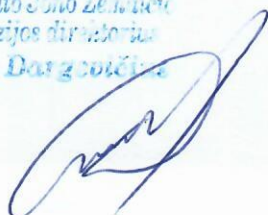


Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI22C	150	1,44	2,90	7,36	57,99
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Lietiniai blynėliai su varškės 9% įdaru (A-1;3;7)	AML10F	200/0	16,60	15,38	45,47	384,03
Grietinė 30% (A-7)	IVN10B	20	0,48	6,00	0,62	58,80
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	IVN3J	190	0,76	0,76	24,70	100,70
Viso			21,23	25,37	93,85	672,69

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g.	
Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SRI22C	150	1,44	2,90	7,36	57,99
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137D	40	2,59	0,44	20,92	94,89
Kepta vištienos filė (A-1;3)	AKM256B	80	19,34	10,95	2,93	149,12
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (A-1)	GGA6D	120	3,81	4,01	29,24	160,06
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA35C	110	1,48	5,71	7,33	78,57
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Obuoliai (augalinis)	IVN3A	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso			29,07	24,41	80,78	593,62

Prezidento Jono Žemaitės
gimnazijos direktorius
Linas Dargavičius



UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė



3 savaitė penktadienis

Požymis: 11-vyr. metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis) (A-1;7)	IKR3C	250	7,76	4,36	31,18	186,76
Sviestas 82% (A-7)	IVN11F	5	0,02	4,10	0,04	37,15
Duona su sviestu 82% ir virta dešra (aukšč.r.) (A-1;6;7;9;10)	IUŽ408A	30/5/25	5,60	10,13	16,42	174,51
Arbatžolių arbata be cukraus	GĖR4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			13,38	18,59	47,64	398,42

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRI21A	150	3,31	2,28	11,89	75,99
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Lydekos filė maltinukas (tausojantis) (A-1;3;4)	AŽU46B	80	14,37	3,67	8,40	122,72
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	GGA5G	120	8,19	5,33	45,03	256,59
Kopūstų, pomidorų ir porų salotos su aliejumi (augalinis)	GSA572A	110	1,51	5,28	5,58	68,60
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2A	100	0,80	0,20	11,00	43,00
Viso			30,13	17,08	97,59	638,07

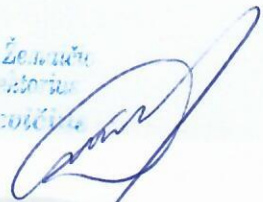
Pietūs 2 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRI21A	150	3,31	2,28	11,89	75,99
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Virtų bulvių blynai su daržovėmis (augalinis) (A-1)	ADR363A	170	4,61	7,51	41,23	242,64
Daržovių padažas (A-1)	PAD129C	30	0,49	2,27	4,06	36,68
Kefyras (A-7)	GĖR3A	200	5,80	5,00	8,00	104,00
Apelsinai (augalinis)	IVN2M	160	1,28	0,32	17,60	68,80
Viso			17,44	17,71	98,47	599,28

Pietūs 3 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	

Prezidento Jono Žemaitės
gimnazijos direktoriaus
Linas Dargavičius



UAB „SOTEGA“
Direktorė
Rita Juškienė

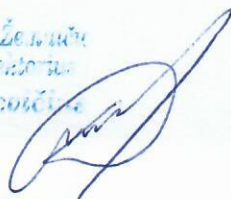


Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRI21A	150	3,31	2,28	11,89	75,99
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Varškėčiai su kukurūzų miltais (A-3;7)	AVR50F	180	26,22	21,80	41,57	473,02
Uogų padažas	PAD103B	20	0,11	0,10	3,30	12,12
Geriamas vanduo	GĖR70A	200	0	0	0	0
Apelsinai (augalinis)	IVN2L	180	1,44	0,36	19,80	77,40
Viso			33,03	24,86	92,24	709,70

Pietūs 4 variantas

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRI21A	150	3,31	2,28	11,89	75,99
Viso grūdo ruginė duona (A-1)	IVN137A	30	1,94	0,33	15,69	71,17
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos įdaru (tausojantis) (A-3)	ADR24B	200/0	10,88	10,97	44,75	317,21
Grietinės 30% padažas (A-1;7)	PAD4A	20	0,37	3,31	1,39	36,89
Kefyras (A-7)	GĖR3A	200	5,80	5,00	8,00	104,00
Apelsinai (augalinis)	IVN2N	190	1,52	0,38	20,90	81,70
Viso			23,83	22,26	102,62	686,96

Prezidento Jono Žemaičio
gimnazijos direktoriaus
Linas Dargavičius



UAB „SOTEGA“

Direktorė

Rita Juškienė

