Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės

globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų

valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo

2 priedas

**KLAIPĖDOS TAURALAUKIO PROGIMNAZIJA**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

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

 **15\_\_\_\_\_ DIENŲ VALGIARAŠTIS**

(nurodyti dienų skaičių)

11 ir vyresni

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 8.00 iki 16.30 val.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 savaitė |  |  |  |  | TVIRTINU |  |
| Pirmadienis DirektorėOna Šalkauskienė 2020-08-28**Pietūs 10.35 val. – 12.00 val.** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** | **Energetinė vertė,****kcal** |
| Žirnių ir perlinių kruopų sriuba | 1-11AT | 250  | 235,00 |
| Keptas orkaitėje kiaulienos apkepas (tausojantis) | 34 | 75 | 206,00 |
| Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais | 4-5/105AT | 100 | 176,10 |
| Pekino kopūsto, obuolių ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi | 2-1/7A | 140 | 102,10 |
| Vanduo  |  | 200  | 0,00 |
| Kriaušės |  | 80 | 46,00 |
| **Iš viso:** | 765,20 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 savaitė |  |  |  |  | TVIRTINU |  |
| Antradienis DirektorėOna Šalkauskienė 2020-08-26**Pietūs 10.35 val. – 12.00 val.** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** | **Energetinė vertė,****kcal** |
| Bulvių sriuba su miežinėmis kruopmis | 1-9AT | 250 | 197,10 |
| Nesaldintas jogurtas (2,5%) |  | 10 | 5,90 |
| Viso grūdo ruginė duona  |  | 50 | 107,60 |
| Jautienos troškinys su moliūgais (tausojantis) | 12-5/100T | 115/15 | 246,40 |
| Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)  | 2-1/19A | 110 | 120,50 |
| Vanduo  |  | 200 | 0,00 |
| Bananai |  | 130 | 74,4 |
| **Iš viso:** | 751,9 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 savaitė |  |  |  |  | TVIRTINU |  |
| Trečiadienis DirektorėOna Šalkauskienė 2020-08-26**Pietūs 10.35 val. – 12.00 val.** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** | **Energetinė vertė,** **kcal** |
| Barščiai su bulvėmis | 1-6AT | 150 | 232,20 |
| Nesaldintas jogurtas (2,5%) |  | 10 | 5,90 |
| Viso grūdo ruginė duona |  | 30 | 65,00 |
| Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (bulvės, morkos, žirneliai, kopūstai) troškinys (tausojantis) | 10-5/101T | 74/86 | 211,30 |
| Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis) | 2-3/61A | 130 | 139,30 |
| Apelsinai |  | 100 | 57,20 |
| Vanduo |  | 200 | 0,00 |
| **Iš viso:** | 710,4 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 savaitė |  |  |  |  | TVIRTINU |  |
| Ketvirtadienis Direktorė Ona Šalkauskienė 2020-08-26**Pietūs 10.35 val. – 12.00 val.** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** | **Energetinė vertė,** **kcal** |
| Daržovių sriuba su bulvėmis ir makaronais | 1-5-1AT | 250 | 147,70 |
| Kepti su garais vištienos kukuliai su sezamo sėklomis (tausojantis) | 10-7/143T | 120 | 270,70 |
| Kukurūzų kruopų košė su sviestu (82 %) (tausojantis) | 3-3/53T | 100 | 111,70 |
| Keptos su garais šakninės daržovės (morkos, burokėliai, salierai) su saulėgrąžomis (augalinis) (tausojantis) | 4-7/142AT | 110 | 130,60 |
| Švieži agurkai (šaltuoju sezonu rauginti agurkai) |  | 60 | 7,30 |
| Mandarinai |  | 80 | 46,5 |
| Plėšoma sūrio lazdelė |  | 20 | 59,00 |
| Vanduo |  | 200 | 0,00 |
| **Iš viso:** | 773,5 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 savaitė |  |  |  |  | TVIRTINU |  |
| PenktadienisDirektorė Ona Šalkauskienė 2020-08-26**Pietūs 10.35 val. – 12.00 val.** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** | **Energetinė vertė,** **kcal** |
| Pupelių sriuba su vištienos gabaliukais ir bulvėmis | 1-1-2AT | 200 | 158,49 |
| Keptas orkaitėje žuvies (jūros lydeka) paplotėlis (tausojantis) | 9-7/142T | 140 | 170,90 |
| Bulvių ir morkų košė (tausojantis) | 4-3/62T | 120 | 81,40 |
| Morkų, svogūnų ir česnakų padažas su ciberžole (augalinis) | 14-6/120A | 60 | 64,30 |
| Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) | 2-1/6A | 160 | 107,30 |
| Viso grūdo ruginė duona |  | 40 | 86,00 |
| Plėšoma sūrio lazdelė |  | 20 | 59,00 |
| Obuoliai |  | 110 | 62,90 |
| Vanduo |  | 200 | 0,00 |
| **Iš viso:** | 790,29 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2 savaitė |  |  |  |  | TVIRTINU |  |
| Pirmadienis Direktorė Ona Šalkauskienė 2020-08-26**Pietūs 10.35 val. – 12.00 val.** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** | **Energetinė vertė,** **kcal** |
| Daržovių sriuba | 1-15AT | 250 | 163,50 |
| Nesaldintas jogurtas (2,5%) |  | 10 | 5,90 |
| Kepti su garais jautienos kukulaičiai (tausojantis) | 12-7/141T | 110 | 235,80 |
| Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis) | 4-5/105AT | 100 | 176,10 |
| Švieži agurkai (šaltuoju sezonu rauginti agurkai) |  | 90 | 11,00 |
| Salotos su džiovintomis spanguolėmis (raudonieji kopūstai, morkos, brokoliai, kviečių gemalai, moliūgų sėklos) (augalinis) | 2-1/23A | 100 | 72,70 |
| Obuoliai |  | 150 | 85,80 |
| Vanduo |  | 200 | 0,00 |
| **Iš viso:** | 750,8 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2 savaitė |  |  |  |  | TVIRTINU |  |
| Antradienis DirektorėOna Šalkauskienė 2020-08-26**Pietūs 10.35 val. – 12.00 val.** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** | **Energetinė vertė,** **kcal** |
| Kopūstų sriuba su bulvėmis | 1-16AT | 250 | 174,60 |
| Karališki balandėliai (tausojantis) kalakutienos šlaunelių mėsa | 63 | 200 | 320,00 |
| Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis) | 4-3/65AT | 80 | 67,70 |
| Agurkų salotos su nesaldintu jogurtu 2,5 % | 2-1/114 | 150 | 34,70 |
| Plėšoma sūrio lazdelė |  | 20 | 59,00 |
| Kriaušės |  | 120 | 68,6 |
| Vanduo |  | 200 | 0,00 |
| **Iš viso:** | 724,60 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2 savaitė |  |  |  |  | TVIRTINU |  |
| Trečiadienis DirektorėOna Šalkauskienė 2020-08-26**Pietūs 10.35 val. – 12.00 val.** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** | **Energetinė vertė,** **kcal** |
| Barščiai su pupelėmis | 1-7AT | 250 | 226,50 |
| Nesaldintas jogurtas (2,5%) |  | 15 | 8,90 |
| Viso grūdo ruginė duona |  | 40 | 86,10 |
| Kepti orkaitėje kalakutienos filė maltinukai su varške ir cukinija (tausojantis) | 10-8/161T | 130 | 139,70 |
| Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis) | 3-5/105AT | 120 | 151,80 |
| Agurkų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)  | 2-1/14 | 145 | 33,60 |
| Obuoliai |  | 110 | 62,90 |
| Vanduo |  | 200 | 0,00 |
| **Iš viso:** | 709,4 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2 savaitė |  |  |  |  | TVIRTINU |  |
| Ketvirtadienis DirektorėOna Šalkauskienė 2020-08-26**Pietūs 10.35 val. – 12.00 val.** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** | **Energetinė vertė,** **kcal** |
| Žirnių sriuba | 1-10AT | 150 | 190,90 |
| Nesaldintas jogurtas (2,5%) |  | 5 | 3,00 |
| Viso grūdo ruginė duona |  | 30 | 64,60 |
| Kiaulienos ir morkų troškinys su porais (tausojantis) | 11-5/102T | 78/22 | 182,10 |
| Biri žalių grikių košė su sviestu (82%) (tausojantis) | 3-3/50T | 90 | 169,20 |
| Švieži pomidorai |  | 80 | 1,80 |
| Virti burokėliai su svogūnais (augalinis) (tausojantis) | 4-3/69AT | 60 | 58,00 |
| Bananai |  | 130 | 74,4 |
| Vanduo |  | 200 | 0,00 |
| **Iš viso:** | 743,9 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2 savaitė |  |  |  |  | TVIRTINU |  |
| Penktadienis DirektorėOna Šalkauskienė 2020-08-26**Pietūs 10.35 val. – 12.00 val.** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** | **Energetinė vertė,** **kcal** |
| Ryžių kruopų sriuba su vištienos gabaliukais | 1-1-1AT | 200 | 140,20 |
| Kepta su garais riebi (lašiša, skumbrė, šamas) žuvis su provanso žolelėmis (tausojantis) | 9-7/145T | 110 | 301,90 |
| Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis) | 4-3/65AT | 110 | 93,00 |
| Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis) | 2-3/62A | 130 | 92,40 |
| Plėšoma sūrio lazdelė |  | 20 | 59,00 |
| Kriaušė |  | 120 | 68,60 |
| Vanduo |  | 200 | 0,00 |
| **Iš viso:** | 755,10 |

|  |
| --- |
|   |
| 3 savaitė TVIRTINU Pirmadienis Direktorė  Ona Šalkauskienė 2020-08-26**Pietūs 10.35 val. – 12.00 val.** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** | **Energetinė vertė,** **kcal** |
| Raugintų kopūstų sriuba | 1-3/26AT | 250 | 202,70 |
| Viso grūdo ruginė duona |  | 40 | 86,10 |
| Kalakutienos šlaunelių mėsos troškinys su konservuotais kukurūzais, morkomis ir paprikomis (tausojantis) | 10-5/102T | 89/41 | 183,90 |
| Troškintos morkos su ryžiais (augalinis) (tausojantis) (36/54) | 4-5/104AT | 90 | 118,50 |
| Cukinijų, agurkų ir morkų salotos (augalinis) | 2-1/16A | 120 | 61,00 |
| Apelsinai |  | 110 | 77,3 |
| Vanduo |  | 200 | 0,00 |
| **Iš viso:** | 729,50 |

|  |
| --- |
| 3 savaitėAntradienis TVIRTINU Direktorė  Ona Šalkauskienė 2020-08-26**Pietūs 10.35 val. – 12.00 val.** |
|  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** | **Energetinė vertė,** **kcal** |
| Rūgštynių sriuba | 1-3/29 AT | 250 | 157,30 |
| Nesaldintas jogurtas (2,5 %) |  | 10 | 5,60 |
| Viso grūdo ruginė duona |  | 40 | 86,10 |
| Ryžių plovas su vištienos file (tausojantis) | 10/5/111T | 80/80 | 260,00 |
| Marinuoti agurkai |  | 120 | 157,60 |
| Pik-nik sūrio lazdelė |  | 20 | 59,00 |
| Melionai |  | 100 | 68,4 |
| Vanduo |  | 200 | 0,00 |
| **Iš viso:** | 794,0 |

|  |
| --- |
|  |
| 3 savaitė TVIRTINUTrečiadienis Direktorė Ona Šalkauskienė 2020-08-26**Pietūs 10.35 val. – 12.00 val.** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** | **Energetinė vertė,** **kcal** |
| Špinatų sriuba su bulvėmis | 1-22AT | 250 | 93,00 |
| Nesaldintas jogurtas (2,5 %) |  | 5 | 2,80 |
| Viso grūdo ruginė duona |  | 40 | 86,10 |
| Orkaitėje kepti kiaulienos kukuliai su burokėliais (tausojantis) (100/20) | 11-8/161T | 120 | 208,60 |
| Virta bulvių ir brokolių košė (tausojantis) (50/50) | 4-3/61T | 100 | 159,10 |
| Baltųjų ridikų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) | 2-1/5A | 110 | 111,10 |
| Bananai |  | 130 | 74,4 |
| Vanduo |  | 200 | 0,00 |
| **Iš viso:** | 735,1 |

|  |
| --- |
| 3 savaitė |
| Ketvirtadienis TVIRTINU Direktorė  Ona Šalkauskienė 2020-08-26**Pietūs 10.35 val. – 12.00 val.** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** | **Energetinė vertė,** **kcal** |
| Barščiai su bulvėmis | 1-6AT | 250 | 239,70 |
| Varškės (9 %) apkepas (tausojantis) | 7-8/169T | 180 | 381,00 |
| Jogurtinis padažas (jogurtas 2,5 %) su žalumynais | 14-1/2 | 25 | 37,40 |
| Vynuogės |  | 120 | 81,8 |
| Vanduo |  | 200 | 0,00 |
| **Iš viso:** | 739,9 |

|  |
| --- |
| 3 savaitė |
| Penktadienis TVIRTINU Direktorė Ona Šalkauskienė 2020-08-26**Pietūs 10.35 val. – 12.00 val.** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** | **Energetinė vertė,** **kcal** |
| Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis | 1-3/25/AT | 250 | 235,00 |
| Viso grūdo ruginė duona |  | 30 | 64,60 |
| Kepta su garais žuvis (menkė) (tausojantis) | 9-7/140T | 140 | 100,30 |
| Žiedinių kopūstų ir ryžių troškinys su grietinėle (10 %) (tausojantis) (60/80/10) | 4-5/107T | 150 | 192,40 |
| Morkų, obuolių salotos su nesaldintu jogurtu 2,5 % | 2-1/12 | 180 | 86,80 |
| Kriaušės |  | 120 | 68,60 |
| Vanduo |  | 200 | 0,00 |
| **Iš viso:** | 747,70 |