

# UŽDAROJI AKCINĖ BENDROVĖ „MAISTO SLĖNIS”

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

---

TVIRTINU: *Maitinimo organizavimo  
regiono vadovas  
Tomas Petraitis*

SUDERINTA:

*Direktore  
Lina Stankutė*

## 15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

6-10 metų vaikams

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

**Pajūrio progimnazija, Laukininkų 28, Klaipėda**

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

Įstaigos darbo laikas

Nuo 6<sup>00</sup> iki 15<sup>00</sup> val.

I savaitė

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

Pirmadienis

6-10 metų vaikams

Pietūs I var.

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

Antradienis

Pietūs I var.

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

Direktorė  
Lina Stankutė

Maitinimo organizavimo  
regliavimo skyrius  
Tomas Petraitis



Trečiadienis

Pietūs I var.

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

**Iš viso (dienos davinio): 27,57 20,06 78,01 582,61**

Ketvirtadienis

Pietūs I var.

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

**Iš viso (dienos davinio): 22,35 13,32 83,73 529,59**

**Pentadienis**

**Pietūs I var.**

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

**Iš viso (dienos davinio): 26,79 23,38 78,29 618,90**

**2 savaitė**

**Pirmadienis**

**Pietūs I var.**

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

**Iš viso (dienos davinio): 26,07 22,26 78,53 602,40**



**Antradienis**

**Pietūs I var.**

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

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

**Trečiadienis**

**Pietūs I var.**

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

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

**Ketvirtadienis**

**Pietūs I var.**

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

**Iš viso (dienos davinio): 26,63 20,64 79,15 597,68**

**Penktadienis**

**Pietūs I var.**

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

**Iš viso (dienos davinio): 30,25 23,62 89,50 679,95**



## 3 savaitė

## Pirmadienis

## Pietūs I var.

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

**Iš viso (dienos davinio): 25,85 23,37 76,89 600,14**

## Antradienis

## Pietūs I var.

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

**Iš viso (dienos davinio): 27,01 22,04 77,52 602,77**

Direktorė  
Lina Stankutė

Maitinimo organizavimo  
regiono vadovas  
Tomáš Petravský

**Trečiadienis**

**Pietūs I var.**

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

**Ketvirtadienis**

**Pietūs I var.**

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

Direktorė  
Lina Stankutė

Maitinimo organo  
regiono vadovė  
Tomas Petricius



**Pentadienis**

**Pietūs I var.**

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

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

Direktorė  
Lina Stankutė

Mokymų organizavimo  
regiono darbuotojas  
Tomás Petraitis