Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo 2priedas

Šiaulių r. Meškuičių gimnazija, Stoties g.16, Meškuičiai, 81442
Šiaulių r.

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

Tvirtinu:
Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas

20 DIENŲ VALGIARAŠTIS

6-10m. vaikams
(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 8.00 iki 17.00 val.

1 savaitė

Pirmadienis

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos direktorius Algirdas Kontrimas

VVB-10283 2019-09-06

Vaisiai		150g	1,14	0,45	20,91	84

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis,augalinis)	12Sr	250g	2,81	5,34	19,21	130,75
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**5,77**	**5,98**	**36,27**	**216,83**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis,augalinis)	12Sr	150g	1,68	3,20	11,52	78,45
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**4,64**	**3,84**	**28,58**	**164,53**

Pietūs 11.35val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis)	1A	75/45g	22,35	16,96	7,57	268,27
Biri grikių kruopų košė	7Gar	40g	2,45	2,21	13,42	81,86
Agurkai (šaltuoju sezono metu-marinuoti agurkai)	36S	50g	0,40	0,10	1,15	5,50
Pomidorai	37S	50g	0,50	0,10	2,05	8,50
Iš viso:			**25,70**	**19,37**	**24,19**	**364,13**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė,
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas (tausojantis)	85A	150g	22,58	15,55	24,70	331,31
Vairios uogos	16D	50g	0,48	0,24	6,33	23,50
Iš viso:			**23,06**	**15,79**	**31,03**	**354,81**

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškinys su žiediniais kopūstais ir grikiais (augalinis, tausojantis)	5AA	150g	8,87	21,87	61,81	409,49
Pomidorai	37S	50g	0,50	0,10	2,05	8,50
Iš viso:			**9,37**	**21,97**	**63,86**	**417,99**

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Veršienos kukuliai (tausojantis)	19A	100g	29,54	9,29	4,23	233,97
Biri nešlifuotų ryžių košė	5Gar	75g	2,04	3,53	21,71	122,82
Agurkai (šaltuoju sezono metu-marinuoti agurkai)	36S	50g	0,40	0,10	1,15	5,50
Pomidorai	37S	50g	0,50	0,10	2,05	8,50
Ridikėliai	39S	50g	0,55	0,05	1,95	8,50
Iš viso:			**33,03**	**13,07**	**31,09**	**379,29**

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti kiaulienos gabaliukai su pom.padažu, svogūnais (tausojantis)	11A	50/15/15g	11,98	21,49	6,70	264,24
Biri nešlifuotų ryžių košė	5Gar	40g	1,09	1,88	11,58	65,50
Pomidorų salotos su porais, nesaldinto jogurto padažu	33S	100g	2,04	0,40	4,43	24,10
Iš viso:			**15,11**	**23,77**	**22,71**	**353,84**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepinukai (tausojantis)	10A	75g	14,30	12,55	8,81	204,55
Biri sorų kruopų košė	4Gar	50g	2,16	2,59	14,05	88,97
Kopūstų salotos su porais, aliejaus padažu	1S	75g	1,20	7,41	4,95	84,05
Iš viso:			**17,66**	**22,55**	**27,81**	**377,57**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos direktorius Algirdas Kontrimas
VVP-10283
2019.08.06
VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	1Sr	250g	2,36	5,24	17,79	120,82
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**5,32**	**5,88**	**34,85**	**206,90**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis,augalinis)	1Sr	150g	1,41	3,14	10,67	72,49
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**4,37**	**3,78**	**27,73**	**158,57**

Pietūs 11.35val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta paukštienos file (tausojantis)	30A	100g	24,50	7,04	8,82	197,05
Virti lęšiai	14Ga	75g	9,59	0,44	21,11	118,34
Kopūstų salotos su agurkais, pomidorais, porais su aliejaus padažu	2S	100g	1,45	5,20	4,93	65,02
Iš viso:			**35,54**	**12,68**	**34,86**	**380,41**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir nešlifuotų ryžių apkepas (tausojantis)	87A	150g	21,73	16,67	19,23	314,37
Trintos uogos su jogurtu	13D	80/20g	1,32	0,47	8,98	40,20
Iš viso:			**23,05**	**17,14**	**28,21**	**354,57**

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškinys su brokoliais (augalinis, tausojantis)	11AA	200g	4,54	20,64	22,27	275,09
Daržovių padažas	15P	50g	1,07	5,11	4,36	70,05
Iš viso:			**5,61**	**25,75**	**26,63**	**345,14**

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos direktorius Algirdas Kontrimas

VVP-10283
2019.09.06

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos troškinys su nešlifuotais ryžiais (tausojantis)	3A	150g	22,50	11,88	20,66	272,08
Salierų salotos, agurkai su aliejaus padažu	61S	75g	1,01	7,43	4,85	82,88
Iš viso:			**23,51**	**19,31**	**25,51**	**354,96**

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas paukštienos file kepsnys (tausojantis)	34A	75g	18,50	7,69	7,13	171,36
Biri grikių kruopų košė	7Gar	75g	4,60	4,14	25,17	153,50
Kopūstų, agurkų salotos su aliejaus padažu	3S	75g	1,26	3,93	5,07	55,37
Iš viso:			**24,36**	**15,76**	**37,37**	**380,22**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos-daržovių troškinys (tausojantis)	2A	150g	21,78	11,56	8,07	217,00
Biti grikių kruopų košė	7Gar	75g	4,60	4,14	25,17	153,50
Iš viso:			**26,38**	**15,70**	**33,24**	**370,50**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos direktorius Algirdas Kontrimas

VVP-10283
2019-09-06

Vaisiai	*	200g	1,52	0,6	27,88	112

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (tausojantis,augalinis)	17Sr	250g	6,07	5,50	24,36	155,95
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**9,03**	**6,14**	**41,42**	**242,03**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	150g	3,64	3,30	14,61	93,57
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**6,60**	**3,94**	**31,67**	**179,65**

Pietūs 11.35val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepsniukai su įdaru (tausojantis)	13A	82,5g	20,34	14,26	1,67	214,53
Bulvių košė su pienu	3Gar	50g	1,17	1,91	8,24	54,27
Brokolių salotos su pomidorais, džiovintomis spanguolėmis, svogūnais, aliejaus padažas	50S	75g	1,65	7,61	5,26	87,53
Iš viso:			**23,16**	**23,78**	**15,17**	**356,33**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su varške	74A	150g	18,15	12,14	36,72	326,38
Uogų tyrė	17D	50g	0,50	0,50	9,15	47,70
Iš viso:			**18,65**	**12,64**	**45,87**	**374,08**

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Salierų blynai su saulėgrąžomis (augalinis, tausojantis)	1AA	200g	7,69	10,94	44,74	286,90
Daržovių padažas	15P	50g	1,07	5,11	4,36	70,05
Iš viso:			**8,76**	**16,05**	**49,10**	**356,95**

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas
VVP-10483
2019-09-06
VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos troškinys su (šviežiais ar) raugintais kopūstais (tausojantis)	6A	200g	29,40	19,47	6,16	313,49
Virtos bulvės	1Gar	100g	2,14	0,13	19,14	85,20
Iš viso:			**31,54**	**19,60**	**25,30**	**398,69**

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Jautienos troškinys su padažu (tausojantis)	1A	75/45g	24,36	19,09	7,81	294,83
Bulvių košė su pienu	3Gar	40g	0,93	1,53	6,59	43,41
Morkų salotos su žiediniais kopūstais, pomidorais, saulėgrąžomis ir nesaldintu jogurto padažu	13S	75g	3,25	3,97	5,33	64,39
Iš viso:			**28,54**	**24,59**	**19,73**	**402,63**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos-daržovių-ryžių maltinis (tausojantis)	62A	100g	20,00	11,91	6,30	210,02
Bulvių košė su morkomis	13Ga	40g	0,89	1,54	6,12	40,86
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejaus padažu	23S	100g	1,02	9,59	11,53	129,03
Iš viso:			**21,91**	**23,04**	**23,95**	**379,91**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

1 savaitė

Ketvirtadienis

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos direktorius Algirdas Kontrimas

VVP-10283
2019-09-06

ŠIAULIŲ VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112

Sriubos 1040 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	6Sr	250g	1,92	5,31	8,56	80,75
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**4,88**	**5,95**	**25,62**	**166,83**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	6Sr	150g	1,15	3,18	5,13	48,45
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**4,11**	**3,82**	**22,19**	**134,53**

Pietūs 1135 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos troškinys su žaliais žirneliais (tausojantis)	4A	150g	23,60	11,65	14,00	240,29
Virti pilno grūdo makaronai	8Gar	50g	2,89	2,62	11,17	83,17
Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos su aliejaus padažu	6S	75g	1,02	3,89	4,64	51,73
Iš viso:			**27,51**	**18,16**	**29,81**	**375,19**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai (tausojantis)	83A	150g	25,76	16,07	24,85	344,40
Įvairios uogos	16D	50g	0,48	0,24	6,33	23,50
Iš viso:			**26,24**	**16,31**	**31,18**	**367,90**

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Cukinijų, moliūgų, morkų, žirnelių troškinys (augalinis, tausojantis)	2AA	300g	8,49	8,25	39,96	236,10
Pomidorai	37S	50g	0,50	0,10	2,05	8,50
Daržovių padažas	15P	75g	1,61	7,66	6,54	105,08
Iš viso:			**10,60**	**16,01**	**48,55**	**349,68**

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas

VVP 10283
2019 09 06

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos kepinukai (tausojantis)	32A	75g	16,66	8,83	8,98	180,94
Biri nešlifuotų ryžių košė	5Gar	50g	1,36	2,35	14,48	81,88
Salotos su špinatais, mangais, aliejaus padažu	56S	100g	1,41	9,86	5,30	109,91
Iš viso:			**19,43**	**21,04**	**28,76**	**372,73**

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos kukuliai (tausojantis)	35A	100g	25,42	6,11	4,06	168,97
Biri perlinių kruopų košė	6Gar	50g	1,66	2,31	12,55	73,84
Žiedinių kopūstu salotos su pomidorais, aliejaus padažu	44S	100g	1,83	9,88	5,44	108,61
Iš viso:			**28,91**	**18,30**	**22,05**	**351,42**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta paukštienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	31A	75g	18,33	12,50	0,51	190,29
Biri grikių kruopų košė	7Gar	50g	3,07	2,76	16,78	102,33
Kopūstų,pomidorų ir morkų salotos su aliejaus padažu	6S	100g	1,36	5,19	6,19	68,97
Iš viso:			**22,76**	**20,45**	**23,48**	**361,59**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos direktorius Algirdas Kontrimas

VVP-10283
2019-09-06
ŠIAULIŲ VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Vaisiai	*	200g	1,52	0,6	27,88	112

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (tausojantis, augalinis)	13Sr	250g	2,51	5,26	16,05	114,45
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**5,47**	**5,90**	**33,11**	**200,53**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (tausojantis,augalinis)	13Sr	150g	1,50	3,15	9,63	68,67
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**4,46**	**3,79**	**26,69**	**154,75**

Pietūs 11.35val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas žuvies kepsnys (tausojantis)	42A	75g	15,40	8,91	8,19	174,05
Virti lęšiai	1Gar	40g	5,11	0,23	11,25	63,11
Burokėlių salotos su ž.žirneliais, mar.agurkais, svogūnais su aliejaus padažu	20S	100g	2,53	9,48	9,17	122,19
Iš viso:			**23,04**	**18,62**	**28,61**	**359,35**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo apkepti makaronai su varške (tausojantis)	65A	200g	11,63	10,76	44,73	336,35
Kefyro kokteilis su spanguolėmis ir kriaušėmis		100g	3,00	0,40	9,54	56,00
Iš viso:			**14,63**	**11,16**	**54,27**	**392,35**

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių - daržovių kepinukai (augalinis, tausojantis)	4AA	200g	7,64	4,4	49,9	259,15
Daržovių padažas	15P	75g	1,61	7,66	6,54	105,08
Iš viso:			**9,25**	**12,06**	**56,44**	**364,23**

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žuvies kepsnys (tausojantis)	38A	100g	19,35	7,99	5,40	173,69
Virti pilno grūdo makaronai	8Gar	50g	2,89	2,62	11,17	83,17
Ridikų salotos su obuoliais, pekiniais kopūstais, paprikomis, aliejaus padažu	51S	100g	1,07	9,87	7,06	114,46
Iš viso:			**23,31**	**20,48**	**23,63**	**371,32**

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas

VVP-10283
2019.09.06

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta lašiša (tausojantis)	37A	75g	19,58	16,50	1,26	230,60
Biri nešlifuotų ryžių košė	5Gar	50g	1,36	2,35	14,48	81,88
Paprika	40S	50g	0,65	0,25	3,30	14,50
Žali žirneliai	41S	75g	3,68	0,15	11,85	48,00
Iš viso:			**25,27**	**19,25**	**30,89**	**374,98**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (tausojantis)	82A	150g	20,60	10,12	33,53	302,83
Trinti kiviai su jogurtu	12D	80/20g	1,40	0,63	12,34	52,20
Iš viso:			**22,00**	**10,75**	**45,87**	**355,03**

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtos dešrelės (tausojantis)	36A	75g	5,38	21,29	0,70	215,28
Biri grikių kruopų košė	7Gar	40g	2,45	2,21	13,42	81,86
Ridikų salotos su obuoliais, pekiniais kopūstais, paprikomis, aliejaus padažu	51S	75g	0,80	7,40	5,30	85,85
Iš viso:			**8,63**	**30,90**	**19,42**	**382,99**

Pietūs val.*

8 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tarkuotų bulvių cepelinai su varške	48A	200g	13,60	5,84	47,66	294,94
Jogurtinė grietinė 10%	17P	50g	1,70	5,00	2,10	60,00
Iš viso:			**15,30**	**10,84**	**49,76**	**354,94**

Pietūs val.*

9 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių plokštainis	46A	200g	6,87	16,46	49,22	365,99
Jogurtinė grietinė 10%	17P	40g	1,36	4,00	1,68	48,00
Iš viso:			**8,23**	**20,46**	**50,90**	**413,99**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos direktorius Algirdas Kontrimas

VVP-10283
2019-09-06
ŠIAULIŲ VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	20Sr	250g	2,44	5,29	14,05	105,45
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**5,40**	**5,93**	**31,11**	**191,53**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	20Sr	150g	1,47	3,17	8,43	63,27
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**4,43**	**3,81**	**25,49**	**149,35**

Pietūs 11.35val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltos kiaulienos kepsnys su kmynais (tausojantis)	17A	100g	21,30	14,04	11,62	254,88
Virtos bulvės	1Gar	40g	0,86	0,05	7,65	34,08
Ridikų salotos su obuoliais,morkomis, porais, aliejaus padažu	53S	100g	0,90	9,60	8,38	116,27
Iš viso:			**23,06**	**23,69**	**27,65**	**405,23**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės spygtliukai (tausojantis)	89A	200g	24,01	13,38	40,64	380,25
Jogurtinė grietinė 10%	17P	40g	1,36	4,00	1,68	48,00
Iš viso:			**25,37**	**17,38**	**42,32**	**428,25**

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo makaronai su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	12AA	250g	11,65	14,55	43,525	339,9
Pomidorai savo sultyse	21P	100g	2,00	0,00	7,00	32,00
Iš viso:			**13,65**	**14,55**	**50,53**	**371,90**

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas

VVP-10283
2019.09.06
VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta veršiena su padažu (tausojantis)	1A	75/45g	22,71	12,34	7,93	243,88
Bulvių košė su pienu	3Gar	40g	0,93	1,53	6,59	43,41
Ridikų salotos su obuoliais ir morkomis su aliejaus padažu	53S	80g	0,72	7,68	6,70	93,02
Iš viso:			**24,36**	**21,55**	**21,22**	**380,31**

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos suktinukas su sūriu (tausojantis)	14A	60g	15,38	23,45	2,57	281,91
Bulvių košė su pienu	3Gar	50g	1,17	1,91	8,24	54,27
Daržovių salotos su kmynais, nesald.jogurto padažu	31S	50g	0,97	0,26	2,43	13,28
Iš viso:			**17,52**	**25,62**	**13,24**	**349,46**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltos jautienos kepsnys su kiaušiniu (tausojantis)	22A	50/40g	17,71	18,92	1,13	243,53
Bulvių- moliūgų košė	12Ga	40g	0,84	1,52	5,36	37,80
Pomidorai	37S	50g	0,50	0,10	2,05	8,50
Burokėlių salotos su agurkais, pupelėmis, aliejaus padažu	21S	40g	1,27	4,85	5,16	64,48
Iš viso:			**20,32**	**25,39**	**13,70**	**354,31**

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Balandėliai su kiauliena su grietinės-pomidorų padažu (tausojantis)	63A	200/40g	19,33	23,95	20,19	360,31
Virtos bulvės	1Gar	50g	1,07	0,07	9,57	42,60
Marinuoti agurkai	38S	100g	0,30	0,20	2,30	11,00
Iš viso:			**20,70**	**24,22**	**32,06**	**413,91**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas
VMP-10283
2019-09-06
VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Vaisiai	*	200g	1,52	0,6	27,88	112

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su grybais (tausojantis, augalinis)	1Sr	250g	2,54	5,33	17,60	122,35
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**5,50**	**5,97**	**34,66**	**208,43**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su grybais (tausojantis, augalinis)	1Sr	150g	1,52	3,20	10,56	73,41
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**4,48**	**3,84**	**27,62**	**159,49**

Pietūs 11.35val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta kalakutiena (šlaunelių mėsa) (tausojantis)	29A	75/30g	21,12	9,58	5,17	187,48
Virti lęšiai	1Gar	50g	6,39	0,29	14,07	78,89
Salotos (kopūstai, agurkai, pomidorai, morkos, paprika), aliejaus padažas	5S	110g	1,66	10,89	6,67	121,56
Iš viso:			**29,17**	**20,76**	**25,91**	**387,93**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtinukai su varške (tausojantis)	80A	200g	33,29	16,01	67,00	535,44
Jogurtinė grietinė 10%	17P	50g	1,70	5,00	2,10	60,00
Iš viso:			**34,99**	**21,01**	**69,10**	**595,44**

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų apkepas (augalinis, tausojantis)	8AA	250g	6,84	10,85	30,79	223,44
Daržovių padažas	15P	100g	2,14	10,22	8,72	140,10
Iš viso:			**8,98**	**21,07**	**39,51**	**363,54**

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas

VVP-10283
2019-09-06

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti paukštienos gabaliukai su pom.padažu ir svogūnais (tausojantis)	33A	75/20/20g	24,09	6,20	9,46	185,17
Biri nešlifuotų ryžių košė	5Gar	40g	1,09	1,88	11,58	65,50
Salotos (kopūstai, agurkai, pomidorai, morkos, paprika), aliejaus padažas	5S	100g	1,51	9,90	6,06	110,51
Iš viso:			**26,69**	**17,98**	**27,10**	**361,18**

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos kukuliai (tausojantis)	35A	100g	21,22	8,91	4,06	176,97
Biri perlinių kruopų košė	6Gar	75g	2,49	3,47	18,83	110,76
Burokėlių salotos su keptais svogūnais	16S	100g	1,73	5,14	11,69	89,83
Pomidorai	37S	50g	0,50	0,10	2,05	8,50
Iš viso:			**25,94**	**17,62**	**36,63**	**386,06**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos-grikių troškinys (tausojantis)	5A	150g	28,61	13,09	23,06	318,07
Pekiniai kopūstai su agurkais, porais ir aliejaus padažu	54S	75g	1,03	7,36	3,02	78,46
Iš viso:			**29,64**	**20,45**	**26,08**	**396,53**

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (tausojantis)	82A	150g	20,60	10,12	33,53	302,83
Jogurtinė grietinė 10%	17P	40g	1,36	4,00	1,68	48,00
Iš viso:			**21,96**	**14,12**	**35,21**	**350,83**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos direktorius Algirdas Kontrimas

VVP-10283
2019-09-06

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis)	24Sr	250g	2,60	5,51	19,05	128,19
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**5,56**	**6,15**	**36,11**	**214,27**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis)	24Sr	150g	1,56	3,30	11,43	76,91
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**4,52**	**3,94**	**28,49**	**162,99**

Pietūs 11.35val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepinukai (tausojantis)	10A	100g	19,07	16,73	11,75	272,73
Biri grikių kruopų košė	7Gar	40g	2,45	2,21	13,42	81,86
Salierų salotos su agurkais, morkomis, nesaldintu jogurto padažu	61S	100g	2,18	0,73	5,84	30,34
Iš viso:			**23,70**	**19,67**	**31,01**	**384,93**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai(tausojantis)	82A	150g	20,60	10,12	33,53	302,83
Jogurtinė grietinė 10%	17P	50g	1,70	5,00	2,10	60,00
Iš viso:			**22,30**	**15,12**	**35,63**	**362,83**

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų-cukinijų apkepas (augalinis, tausojantis)	9AA	200g	3,59	3,39	25,65	133,2
Daržovių padažas	15P	75g	1,61	7,67	6,54	105,08
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu	27S	100g	1,08	9,70	10,05	127,27
Iš viso:			**6,28**	**20,76**	**42,24**	**365,55**

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas

VVP-10283
2019.09.06

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos suktinukas su paukštienos įdaru (tausojantis)	12A	75g	14,43	8,53	5,59	156,08
Biri grikių kruopų košė	7Gar	50g	3,07	2,76	16,78	102,33
Kopūstų salotos su agurkais, konservuotais kukurūzai, porais ir aliejaus padažu	3S	100g	1,68	5,24	6,76	73,82
Iš viso:			**19,18**	**16,53**	**29,13**	**332,23**

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos troškinys su pupelėmis (tausojantis)	7A	140g	24,94	14,86	13,53	277,04
Salierų salotos su agurkais, morkomis, aliejaus padažu	61S	75g	1,01	7,43	4,85	82,88
Iš viso:			**25,95**	**22,29**	**18,38**	**359,92**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos maltinukas su sūrio ir kiaušinio įdaru (tausojantis)	18A	75g	21,64	12,79	8,38	234,11
Sorų kruopų košė	4Gar	40g	1,73	2,07	11,24	71,17
Morkų salotos su česnaku, aliejaus padažu	11S	75g	0,80	7,16	6,72	86,89
Iš viso:			**24,17**	**22,02**	**26,34**	**392,17**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Troku
Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas

VVP-102-83
2019.09.06

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pertrinta moliūgų sriuba (tausojantis)	22Sr	250g	1,63	9,52	9,27	124,07
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**4,59**	**10,16**	**26,33**	**210,15**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pertrinta moliūgų sriuba (tausojantis)	22Sr	150g	0,98	5,71	5,56	74,44
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**3,94**	**6,35**	**22,62**	**160,52**

Pietūs 11.35val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas paukštienos file kepsnys (tausojantis)	34A	75g	18,50	7,69	7,13	171,36
Bulvių košė su pienu	3Gar	50g	1,17	1,91	8,24	54,27
Morkų,obuolių ir porų salotos su aliejaus padažu	14S	100g	0,90	9,63	9,76	120,77
Iš viso:			**20,57**	**19,23**	**25,13**	**346,40**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir morkų apkepas(tausojantis)	88A	150g	18,68	18,05	22,31	324,61
Uogų tyrė	17D	50g	0,50	0,50	9,15	47,70
Iš viso:			**19,18**	**18,55**	**31,46**	**372,31**

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškinys (augalinis, tausojantis)	11AA	200g	6,81	30,96	33,39	270,59
Pomidorų salotos su porais, aliejaus padažu	33S	100g	1,20	9,58	5,06	104,27
Iš viso:			**8,01**	**40,54**	**38,45**	**374,86**

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas

VVP-10283
2010-09-06

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos troškinys su lęšiais (tausojantis)	4A	150g	24,53	11,66	13,26	249,14
Špinatų salotos su ridikėliais, salotomis, aliejaus padažu	55S	100g	1,37	9,83	3,61	102,71
Iš viso:			**25,90**	**21,49**	**16,87**	**351,85**

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos kukuliai (tausojantis)	35A	100g	25,42	6,11	4,06	168,97
Virtos bulvės	1Gar	75g	1,61	0,10	14,36	63,90
Morkų,obuolių, porų salotos su aliejaus padažu	14S	100g	0,90	9,63	9,76	120,77
Iš viso:			**27,93**	**15,84**	**28,18**	**353,64**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos troškinys su nešlifuotais ryžiais (tausojantis)	3A	150g	26,88	8,97	20,66	263,74
Agurkai (šaltuoju sezono metu-marinuoti agurkai)	36S	50g	0,40	0,10	1,15	5,50
Burokėlių salotos su keptais svogūnais	16S	100g	1,73	5,14	11,69	89,83
Iš viso:			**29,01**	**14,21**	**33,50**	**359,07**

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta kalakutienos file (tausojantis)	30A	75g	16,87	6,36	6,62	151,39
Bulvių košė su pienu	3Gar	50g	1,17	1,91	8,24	54,27
Daržovių salotos su dž.spanguolėmis	8S	100g	0,98	9,77	15,60	146,76
Iš viso:			**19,02**	**18,04**	**30,46**	**352,42**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas
VVP-10283
2019 09 06
VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (ž.žirnelių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	250g	2,74	5,23	16,31	113,95
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**5,70**	**5,87**	**33,37**	**200,03**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (ž.žirnelių) sriuba su bulvėmis (tausojantis,augalinis)	17Sr	150g	1,64	3,14	9,78	68,37
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20g	1,48	0,32	8,53	43,04
Iš viso:			**3,12**	**3,46**	**18,31**	**111,41**

Pietūs 11.35val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta lašišos file (tausojantis)	37A	65g	16,97	14,30	1,09	199,86
Biri nešlifuotų ryžių košė	5Gar	40g	1,09	1,88	11,58	65,50
Burokėlių salotos su mar.agurkais, ž.žirneliais, aliejaus padažu	20S	100g	2,53	9,48	9,17	122,19
Iš viso:			**20,59**	**25,66**	**21,84**	**387,55**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių-daržovių troškinys (augalinis, tausojantis)	14AA	200g	14,13	6,11	42,95	259,07
Žiedinių kopūstų salotos su porais, obuoliais ir aliejaus padažu	43S	100g	1,97	9,99	7,69	118,26
Iš viso:			**16,10**	**16,10**	**50,64**	**377,33**

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žuvies maltinis (tausojantis)	43A	75g	13,08	7,76	13,23	174,33
Sorų kruopų košė	4Gar	50g	2,16	2,59	14,05	88,97
Morkų salotos su žiediniais kopūstais, pomidorais, saulėgrąžomis, aliejaus padažu	13S	75g	2,62	10,85	5,81	124,52
Iš viso:			**17,86**	**21,20**	**33,09**	**387,82**

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas

VVPS-10283
2019-09-06

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių cepelinai su varške	51A	200g	12,48	6,60	44,75	282,98
Jogurtinė grietinė 10%	17P	50g	1,70	5,00	2,10	60,00
Iš viso:			**14,18**	**11,60**	**46,85**	**342,98**

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės kukulaičiai (tausojantis)	90A	200g	21,36	10,39	44,91	356,92
Jogurtinė grietinė 10%		40g	1,36	4,00	1,68	48,00
Iš viso:			**22,72**	**14,39**	**46,59**	**404,92**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas
VVP-10283
2019 09 06
VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių sriuba (pupelių) su bulvėmis (tausojantis augalinis)	17Sr	250g	6,07	5,50	24,36	162,77
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**9,03**	**6,14**	**41,42**	**248,85**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių sriuba (pupelių) su bulvėmis (tausojantis augalinis)	17Sr	150g.	3,64	3,30	14,61	93,57
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20g	1,48	0,32	8,53	43,04
Iš viso:			**5,12**	**3,62**	**23,14**	**136,61**

Pietūs val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Jautienos -kiaulienos maltinis (tausojantis)	16A	100g	20,33	13,43	11,75	245,73
Bulvių- moliūgų košė	12Ga	50g	1,06	1,89	6,70	47,25
Kopūstų salotos su agurkais, konservuotais kukurūzai, porais ir aliejaus padažu	3S	100g	1,68	5,24	6,76	73,82
Iš viso:			**23,07**	**20,56**	**25,21**	**366,80**

Pietūs 11.35val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti varškėčiai su morkomis (tausojantis)	84A	150g.	21,40	16,96	22,77	325,55
Trintos uogos su jogurtu	13D	80/20g	1,32	0,47	8,98	40,20
Iš viso:			**22,72**	**17,43**	**31,75**	**365,75**

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo makaronai su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	12AA	220g	10,25	12,80	38,30	299,11
Daržovių padažas	15P	40g	0,85	4,09	3,49	56,04
Iš viso:			**11,10**	**16,89**	**41,79**	**355,15**

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	9A	75g	20,16	13,66	6,41	229,25
Bulvių košė su morkomis	13Ga	50g	1,11	1,92	7,65	51,08
Salierų salotos su agurkais, obuoliais, saulėgrąžomis ir nesaldinto jogurto padažu	62S	75g	2,84	4,01	5,26	65,18
Iš viso:			**24,11**	**19,59**	**19,32**	**345,51**

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas

VVP-10283
2019-09-06

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta jautiena su padažu (tausojantis)	1A	75/20g	22,35	16,96	7,57	294,83
Virtos bulvės	1Gar	40g	0,86	0,05	7,65	34,08
Burokėlių salotos su mar.agurkais, ž.žirneliais ir aliejaus padažu	20S	75g	1,91	7,11	6,87	91,64
Iš viso:			**25,12**	**24,12**	**22,09**	**420,55**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Veršienos troškinys su ž.žirneliais (tausojantis)	4A	150g.	24,69	10,16	14,05	246,77
Virtos bulvės	1Gar	40g	0,86	0,05	7,65	34,08
Ridikų salotos su obuoliais, morkomis, aliejaus padažu	53S	75g	0,68	7,20	6,29	87,20
Iš viso:			**26,23**	**17,41**	**27,99**	**368,05**

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Apkepti kotletai su sūriu (tausojantis)	23A	75g	20,76	15,22	2,26	226,54
Virtos bulvės	1Gar	40g	0,86	0,05	7,65	34,08
Burokėlių salotos su mar.agurkais, ž.žirneliais ir aliejaus padažu	20S	75g	1,91	7,11	6,87	91,64
Iš viso:			**23,53**	**22,38**	**16,78**	**352,26**

Pietūs val.*

8 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos maltinukai (tausojantis)	28A	100g	18,33	13,70	18,68	268,34
Bulvių košė su morkomis	13Ga	75g	1,67	2,88	11,,475	76,50
Ridikų salotos su obuoliais, morkomis, nesaldinto jogurto padažu	53S	100g	1,74	0,42	7,75	36,10
Iš viso:			**21,74**	**17,00**	**26,43**	**380,94**

Pietūs val.*

9 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronų lakštų plokštainis su varške, špinatais (tausojantis)	69A	195g	23,95	17,20	29,04	358,59
Trinti pomidorai savo sultyse	21P	50g	1,00	0,00	3,50	16,00
Iš viso:			**24,95**	**17,20**	**32,54**	**374,59**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos direktorius Algirdas Kontrimas
Šiaulių r. Meškuičių gimnazija
VVP-10283
2019-09-06
VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
ŠIAULIŲ VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Vaisiai		150g	1,14	0,45	20,91	84

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis, grietine ir kiaušiniu (tausojantis)	10Sr	250/10/10	3,66	9,61	17,02	162,77
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**6,62**	**10,25**	**34,08**	**248,85**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis, grietine ir kiaušiniu (tausojantis)	10Sr	150/6/6g	2,19	5,77	10,21	97,66
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**5,15**	**6,41**	**27,27**	**183,74**

Pietūs 11.35val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos troškinys su nešlifuotais ryžiais (tausojantis)	3A	150g	22,50	11,88	20,66	362,77
Kopūstų salotos su agurkais, pomidorais, porais, al.aliejaus padažu	2S	75g	1,09	3,90	3,70	48,77
Iš viso:			**23,59**	**15,78**	**24,36**	**411,54**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės,morkų ir avižinių dribsnių blynai (tausojantis)	113A	150g	16,77	15,74	36,11	347,92
Trintos uogos su jogurtu	13D	80/20g	1,32	0,47	8,98	40,20
Iš viso:			**18,09**	**16,21**	**45,09**	**388,12**

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškinys su lęšiais ir brokoliais (augalinis, tausojantis)	13AA	200g	15,65	20,96	42,83	400,22
Iš viso:			**15,65**	**20,96**	**42,83**	**400,22**

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas

VVP-10283
2019.09.06

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta paukštienos file (tausojantis)	30A	100g	24,50	7,04	8,82	197,05
Bulvių košė su pienu	3Gar	50g	1,17	1,91	8,24	54,27
Morkų, obuolių ir porų salotos su aliejaus padažu	14S	100g	0,90	9,63	9,76	120,77
Iš viso:			**26,57**	**18,58**	**26,82**	**372,09**

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas kalakutų šlaunelių mėsos kepsnys (tausojantis)	34A	75g	15,92	9,42	7,13	176,28
Bulvių- moliūgų košė	12Ga	75g	1,58	2,84	10,05	70,87
Burokėlių salotos su ž.žirneliais, aliejaus padažu	18S	100g	2,72	5,17	13,13	96,16
Iš viso:			**20,22**	**17,43**	**30,31**	**343,31**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos-daržovių troškinys (tausojantis)	2A	200g	34,88	11,52	10,76	278,21
Virtos bulvės	1Gar	100g	2,14	0,13	19,14	85,20
Iš viso:			**37,02**	**11,65**	**29,90**	**363,41**

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta paukštiena (file)su padažu (tausojantis)	29A	75/30g	25,50	6,66	5,17	179,14
Bulvių košė su pienu	3Gar	50g	1,17	1,91	8,24	54,27
Morkų, obuolių ir porų salotos su aliejaus padažu	14S	100g	0,90	9,63	9,76	120,77
Iš viso:			**27,57**	**18,20**	**23,17**	**354,18**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

3 savaitė

Trečiadienis

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos direktorius Algirdas Kontrimas

VVP-10283 2019.09.06

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir švž.kopūstais (tausojantis, augalinis)	3Sr	250	3,94	5,39	15,72	113,72
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**6,90**	**6,03**	**32,78**	**199,80**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir švž.kopūstais (tausojantis, augalinis)	3Sr	150g	2,36	3,23	9,43	68,23
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**5,32**	**3,87**	**26,49**	**154,31**

Pietūs 11.35 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos troškinys su padažu (tausojantis)	1A	75/45g	22,35	16,96	7,57	268,27
Virtos bulvės	1Gar	40g	0,86	0,05	7,65	34,08
Ridikių salotos su obuoliais ,pekininiais kopūstais,paprika ir aliejaus padažu	51S	75g	0,80	7,40	5,30	85,85
Iš viso:			**24,01**	**24,41**	**20,52**	**388,20**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų paplotėliai (tausojantis)	114A	120g	8,25	8,35	49,85	301,38
Trintos uogos su jogurtu	13D	80/20g	1,32	0,47	8,98	40,20
Iš viso:			**9,57**	**8,82**	**58,83**	**341,58**

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų kepsneliai (augalinis, tausojantis)	7AA	250g	5,95	10,95	46,51	239,88
Daržovių padažas	15P	100g	2,14	10,22	8,72	140,10
Iš viso:			**8,09**	**21,17**	**55,23**	**379,98**

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas

VVP-10283
2019-07-06

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas kiaulienos kepsnys (tausojantis)	15A	100g	21,67	14,99	10,93	262,96
Bulvių košė su pienu	3Gar	75g	1,76	2,87	12,35	81,40
Salierų salotos, agurkai su nesaldinto jogurto padažu	61S	100g	2,18	0,73	5,84	30,34
Iš viso:			**25,61**	**18,59**	**29,12**	**374,70**

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Jautienos troškinys su pupelėmis (tausojantis)	7A	131,25g	26,95	16,99	13,77	303,61
Burokėlių salotos su raugintais kopūstais, aliejaus padažu		75g	1,03	6,07	5,66	76,16
Iš viso:			**27,98**	**23,06**	**19,43**	**379,77**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti kiaulienos gabaliukai su pom.padažu, svogūnais (tausojantis)	11A	50/15/15g	11,98	21,49	6,70	264,24
Biri nešlifuotų ryžių košė	5Gar	40g	1,09	1,88	11,58	65,50
Morkų, obuolių salotos su moliūgų sėklomis, nesaldinto jogurto padažu	12S	50g	1,93	2,47	5,14	47,90
Iš viso:			**15,00**	**25,84**	**23,42**	**377,64**

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Makaronų lakštų plokštainis su mėsa (tausojantis)	70A	225g	19,85	19,31	25,20	321,95
Daržovių padažas	15P	40g	0,85	4,09	3,49	56,04
Iš viso:			**20,70**	**23,40**	**28,69**	**377,99**

Pietūs val.*

8 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos suktinukas su sūriu (tausojantis)	14A	50g	12,82	19,54	2,15	234,93
Bulvių košė su morkomis	13Ga	40g	0,89	1,54	6,12	40,86
Daržovių salotos su kmynais,aliejaus padažu	31S	75g	0,83	7,28	4,12	80,06
Iš viso:			**14,54**	**28,36**	**12,39**	**355,85**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas
VVP-10283
2019.09.06
ŠIAULIŲ VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	9Sr	250g	1,88		12,09	98,93
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**4,84**	**0,64**	**29,15**	**185,01**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis,augalinis)	9Sr	150g	1,13	3,11	7,25	59,36
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**4,09**	**3,75**	**24,31**	**145,44**

Pietūs 11.15 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas kalakutienos šlaunelių mėsos kepsnys (tausojantis)	34A	75g	15,92	9,42	7,13	176,28
Virti lęšiai (tausojantis)	14Ga	50g	6,39	0,29	14,07	78,89
Pekininių kopūstų salotos su pomidorais, porais, al.aliejaus padažu (augalinis)	24S	100g	1,31	9,76	4,47	105,91
Iš viso:			**23,62**	**19,47**	**25,67**	**361,08**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių, daržovių kepinukai (augalinis, tausojantis)	4AA	200g	8,34	4,22	53,26	339,65
Trinti pomidorai savo sultyse	21P	100g	2,00	0,00	7,00	32,00
Iš viso:			**10,34**	**4,22**	**60,26**	**371,65**

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas

VVP-10283
2019-09-06

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos kepinukai (tausojantis)	32A	75g	16,66	8,83	8,98	180,94
Biri grikių kruopų košė	7Gar	50g	3,07	2,76	16,78	102,33
Agurkų,obuolių,kukurūzų salotos su aliejaus padažu	27S	75g	0,81	7,20	7,54	95,45
Iš viso:			**20,54**	**18,79**	**33,30**	**378,72**

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta paukštienos file (tausojantis)	30A	75g	18,38	5,28	6,62	147,79
Virti lęšiai	14Ga	40g	5,11	0,23	11,25	63,11
Šviežių daržovių salotos su saulėgrąžomis, aliejaus padažu	8S	100g	2,86	15,63	8,93	178,27
Iš viso:			**26,35**	**21,14**	**26,80**	**389,17**

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta paukštiena (šlaunelių mėsa) su padažu(tausojantis)	29A	100/40g	25,22	22,21	6,47	321,66
Biri perlinių kruopų košė	6Gar	40g	1,33	1,85	10,04	59,07
Agurkai (šaltuoju sezono metu-marinuoti agurkai)	36S	50g	0,40	0,10	1,15	5,50
Pomidorai	37S	50g	0,50	0,10	2,05	8,50
Iš viso:			**27,45**	**24,26**	**19,71**	**394,73**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas paukštienos file kepsnys (tausojantis)	34A	75g	18,50	7,69	7,13	171,36
Biri grikių kruopų košė	7Gar	50g	3,07	2,76	16,78	102,33
Kopūstų, agurkų salotos su aliejaus padažu	3S	100g	1,68	5,24	6,76	73,82
Iš viso:			**23,25**	**15,69**	**30,67**	**347,51**

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės apkepas su razinomis(tausojantis)	86A	150g	22,41	15,32	28,69	342,34
Jogurtinė grietinė 10%	17P	40g	1,36	4,00	1,68	48,00
Iš viso:			**23,77**	**19,32**	**30,37**	**390,34**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos direktorius Algirdas Kontrimas
VVP-10283
2019-09-06
VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lęšių -perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis)	16Sr	250g.	6,81	5,57	24,01	161,72
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**9,77**	**6,21**	**41,07**	**247,80**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lęšių -perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis)	16Sr	150g	4,09	3,34	14,40	97,03
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**7,05**	**3,98**	**31,46**	**183,11**

Pietūs 1.15 val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lašišos medalionų apkepas (tausojantis)	40A	75g	16,78	16,75	4,94	232,53
Biri nešlifuotų ryžių košė	5Gar	40g	1,09	1,88	11,58	65,50
Kopūstų salotos su morkomis, obuoliais, aliejaus padažu	4S	100g	1,46	5,24	8,04	76,57
Iš viso:			**19,33**	**23,87**	**24,56**	**374,60**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Lietiniai su varške	74A	150g	18,15	12,14	36,72	326,38
Trintos uogos, vaisiai su jogurtu	13D	80/20g	1,32	0,47	8,98	40,20
Iš viso:			**19,47**	**12,61**	**45,70**	**366,58**

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų ir pupelių apkepas (augalinis, tausojantis)	10AA	200g	11,14	8,6	42,81	255,56
Daržovių padažas	15P	75g	1,61	7,67	6,54	105,00
Iš viso:			**12,75**	**16,27**	**49,35**	**360,56**

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas

VVKP-10283
2019-09-06

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta žuvis su daržovėmis (tausojantis)	39A	150g	17,42	4,38	8,37	140,34
Biri grikių kruopų košė	7Gar	75g	4,60	4,13	25,16	153,49
Burokėlių salotos su ž.žirneliais, svogūnais	18S	100g	2,72	5,17	13,13	96,16
Iš viso:			**24,74**	**13,68**	**46,66**	**389,99**

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žuvies kepsnys (tausojantis)	38A	75g	14,51	5,99	4,05	130,27
Biri nešlifuotų ryžių kruopų košė	5Gar	75g	2,04	3,53	21,71	122,82
Ridikų salotos su obuoliais, pekiniais kopūstais, paprikomis, aliejaus padažu	51S	100g	1,07	9,87	7,06	114,46
Iš viso:			**17,62**	**19,39**	**32,82**	**367,55**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tarkuotų bulvių cepelinai su mėsa	47A	200g	13,73	5,93	46,11	289,19
Jogurtinė grietinė 10%	17P	50g	1,70	5,00	2,10	60,00
Iš viso:			**15,43**	**10,93**	**48,21**	**349,19**

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių plokštainis su paukštienos file	45A	150g	16,40	12,56	27,86	285,77
Jogurtinė grietinė 10%	17P	50g	1,70	5,00	2,10	60,00
Iš viso:			**18,10**	**17,56**	**29,96**	**345,77**

Pietūs val.*

8 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškinys su dešrelėmis (tausojantis)	59A	150g	7,34	29,05	11,41	331,28
Pomidorai savo sultyse	21P	100g	2,00	0,00	7,00	32,00
Iš viso:			**9,34**	**29,05**	**18,41**	**363,28**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas
VVP-10483
2019.09.06
ŠIAULIŲ VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Vaisiai		150g	1,14	0,45	20,91	84

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (tausojantis, augalinis)	2Sr	250g	4,48	5,39	22,74	145,73
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**7,44**	**6,03**	**39,80**	**231,81**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (tausojantis,augalinis)	2Sr	150g	2,69	3,23	13,64	87,44
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**5,65**	**3,87**	**30,70**	**173,52**

Pietūs 11.35val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltos jautienos kepsnys (tausojantis)	21A	75g	19,17	13,88	1,27	204,80
Virtos bulvės	1Gar	50g	1,07	0,07		42,60
Žiedinių kopūstų salotos su agurkais, salotomis, aliejaus padažu	45S	100g	1,75	9,87	4,64	106,56
Iš viso:			**21,99**	**23,82**	**5,91**	**353,96**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės spygliukai (tausojantis)	89A	150g	18,00	10,04	30,48	285,19
Ekologiškas jogurtas" Dobilas" su obuoliais ir grūdais		100g	4,10	2,50	14,80	115,00
Iš viso:			**22,10**	**12,54**	**45,28**	**400,19**

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių troškinys (augalinis, tausojantis)	15AA	250g	6,85	6,75	42,43	235,25
Daržovių padažas	15P	100g	2,14	10,22	8,72	140,10
Iš viso:			**8,99**	**16,97**	**51,15**	**375,35**

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas

VVP-10283
2019-09-06
ŠIAULIŲ VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos troškinys su švž.troškintais kopūstais (tausojantis)	6A	150g	22,66	14,75	7,53	245,32
Bulvių košė su pienu	3Gar	100g	2,34	3,82	16,47	108,53
Paprika	40S	40g	0,52	0,20	2,64	11,60
Iš viso:			**25,52**	**18,77**	**26,64**	**365,45**

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Malti kiaulienos voleliai su morkomis (tausojantis)	24A	100g	14,45	12,27	17,54	232,45
Bulvių- moliūgų košė	12Ga	50g	1,06	1,89	6,70	47,25
Kopūstų, agurkų salotos su aliejaus padažu	3S	100g	1,68	5,24	6,76	73,82
Iš viso:			**17,19**	**19,40**	**31,00**	**353,52**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltos kiaulienos kepsnys su kmynais (tausojantis)	17A	75g	15,98	10,53	8,71	191,16
Bulvių košė su morkomis	13Ga	50g	1,11	1,92	7,65	51,08
Burokėlių salotos su agurkais, pupelėmis,aliejaus padažu	21S	75g	2,39	9,10	9,68	120,90
Iš viso:			**19,48**	**21,55**	**26,04**	**363,14**

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta veršiena su padažu (tausojantis)	1A	75/45g	22,71	12,34	7,93	243,88
Virtos bulvės	1Gar	50g	1,07	0,07	9,57	42,60
Žiedinių kopūstų salotos su agurkais, salotomis, aliejaus padažu	45S	100g	1,31	7,40	3,48	79,92
Iš viso:			**25,09**	**19,81**	**20,98**	**366,40**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos direktorius Algirdas Kontrimas
VVP 10283 2019.09.06
ŠIAULIŲ VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su mėsos (paukštiena) kukuliais (tausojantis)	18Sr	250g	10,06	5,80	14,04	153,86
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**13,02**	**6,44**	**31,10**	**239,94**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su mėsos (paukštiena) kukuliais (tausojantis)	18Sr	150g	6,04	3,48	8,42	92,32
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**9,00**	**4,12**	**25,48**	**178,40**

Pietūs 11.35val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos kepinukai (tausojantis)	32A	75g	16,66	8,83	8,98	180,94
Virti lęšiai	14Ga	50g	6,39	0,29	14,07	78,89
Daržovių salotos su kmynais, aliejaus padažas	31S	100g	1,10	9,71	5,49	106,74
Iš viso:			**24,15**	**18,83**	**28,54**	**366,57**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtinukai su varške (varškė 9%, tausojantis)	80A	150g	17,84	8,58	35,38	286,84
Jogurtinė grietinė 10%	17P	50g	1,70	5,00	2,10	60,00
Iš viso:			**19,54**	**13,58**	**37,48**	**346,84**

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pilno grūdo makaronai su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	12AA	200g	9,31	11,63	34,81	271,92
Daržovių padažas	15P	75g	1,61	7,67	6,54	105,00
Iš viso:			**10,92**	**19,30**	**41,35**	**376,92**

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas paukštienos file kepsnys (tausojantis)	34A	75g	18,50	7,69	7,13	171,36
Bulvių košė su morkomis	13Ga	75g	1,67	2,88	11,48	76,61
Agurkų ir pomidorų salotos su porais, aliejaus padažu	35S	100g	0,90	9,55	3,66	98,87
Iš viso:			**21,07**	**20,12**	**22,27**	**346,84**

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas

VVR-10283
2019.09.06

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kalakutienos kukuliai (tausojantis)	35A	75g	15,92	6,68	3,05	132,73
Bulvių- moliūgų košė	12Ga	50g	1,06	1,89	6,70	47,25
Pupelių, porų, obuolių salotos su aliejaus padažu	25S	100g	5,51	9,88	18,30	167,92
Iš viso:			**22,49**	**18,45**	**28,05**	**347,90**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos-daržovių troškinys (tausojantis)	2A	200g	34,88	11,52	10,76	278,21
Virtos bulvės	1Gar	100g	2,14	0,13	19,14	85,20
Iš viso:			**37,02**	**11,65**	**29,90**	**363,41**

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Troškinta paukštienos file su padažu (tausojantis)	29A	75/30g	25,50	6,66	5,17	179,14
Bulvių košė su morkomis	13Ga	75g	1,67	2,88	11,48	76,61
Agurkų ir pomidorų salotos su porais, aliejaus padažu	35S	100g	0,90	9,55	3,66	98,87
Iš viso:			**28,07**	**19,09**	**20,31**	**354,62**

Pietūs val.*

8 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta paukštienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	31A	75g	18,33	12,50	0,51	190,29
Biri grikių kruopų košė	7Gar	50g	3,07	2,76	16,78	102,33
Kopūstų,pomidorų ir morkų salotos su aliejaus padažu	6S	100g	1,36	5,19	6,19	68,97
Iš viso:			**22,76**	**20,45**	**23,48**	**361,59**

Pietūs val.*

9 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (tausojantis)	82A	150g	20,60	10,12	33,53	302,83
Jogurtinė grietinė 10%	17P	40g	1,36	4,00	1,68	48,00
Iš viso:			**21,96**	**14,12**	**35,21**	**350,83**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos direktorius Algirdas Kontrimas

VVP-10283
2019.09.06

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis)	24Sr	250g	2,60	5,51	19,05	128,19
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**5,56**	**6,15**	**36,11**	**214,27**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis)	24Sr	150g	1,56	3,31	11,43	76,91
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**4,52**	**3,95**	**28,49**	**162,99**

Pietūs 11.35val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Maltas kiaulienos kepsnys (tausojantis)	15A	75g	15,80	12,29	8,50	207,72
Biri grikių kruopų košė	7Gar	40g	2,45	2,21	13,42	81,86
Salierų salotos su agurkais, morkomis, aliejaus padažu	61S	75g	1,01	7,43	4,85	82,88
Iš viso:			**19,26**	**21,93**	**26,77**	**372,46**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtinukai su kiauliena(tausojantis)	80A	200g	22,20	6,56	44,20	316,39
Jogurtinė grietinė 10%	17P	40g	1,36	4,00	1,68	48,00
Iš viso:			**23,56**	**10,56**	**45,88**	**364,39**

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Morkų-cukinijų apkepas (augalinis, tausojantis)	9AA	200g	3,59	3,39	25,65	133,2
Daržovių padažas	15P	75g	1,61	7,67	6,54	105,00
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu	27S	100g	1,08	9,70	10,05	127,27
Iš viso:			**6,28**	**20,76**	**42,24**	**365,47**

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas

VVP-10283
2019-09-06

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Veršienos-kiaulienos maltinukas (tausojantis)	26A	75g	21,92	9,89	5,19	204,16
Biri sorų kruopų košė	4Gar	40g	1,73	2,07	11,24	71,17
Daržovių salotos su feta, aliejaus padažu	32S	75g	3,67	11,88	3,65	133,18
Iš viso:			**27,32**	**23,84**	**20,08**	**408,51**

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos troškinys su lęšiais (tausojantis)	7A	140g	25,29	14,79	12,95	280,01
Morkų salotos su česnaku, aliejaus padažu	11S	100g	1,06	9,54	8,96	115,85
Iš viso:			**26,35**	**24,33**	**21,91**	**395,86**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	9A	75g	20,16	13,66	6,41	229,25
Biri nešlifuotų ryžių košė	5Gar	40g	1,09	1,88	11,58	65,50
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu	27S	75g	0,81	7,28	7,54	95,45
Iš viso:			**22,06**	**22,82**	**25,53**	**390,20**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos direktorius Algirdas Kontrimas
VVP-10283
2019-09-06
VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis, grietine ir kiaušiniu (tausojantis, augalinis)	11Sr	250/10/10g	4,08	9,49	16,45	162,17
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**7,04**	**10,13**	**33,51**	**248,25**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis, grietine ir kiaušiniu (tausojantis, augalinis)	11Sr	150/10/10g	2,45	5,69	9,87	97,30
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**5,41**	**6,33**	**26,93**	**183,38**

Pietūs 11.35val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos troškinys su ž.žirneliais (tausojantis)	4A	200g	37,29	11,63	18,67	309,26
Špinatų salotos su pekininiais kopūstais, ridikėliais, aliejaus padažu	55S	75g	1,03	7,37	2,56	76,50
Iš viso:			**38,32**	**19,00**	**21,23**	**385,76**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės ir ryžių apkepas(tausojantis)	87A	150g	21,73	16,67	19,23	314,37
Trintos braškės	15D	70g	0,63	0,28	6,79	28,70
Iš viso:			**22,36**	**16,95**	**26,02**	**343,07**

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių - daržovių kepinukai (augalinis, tausojantis)	4AA	200g	7,64	4,4	49,9	259,15
Daržovių padažas	15P	75g	1,61	7,67	6,54	105,00
Iš viso:			**9,25**	**12,07**	**56,44**	**364,15**

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kantimas

VVP 10283
2019-09-06

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepti kalakutienos gabaliukai su pom.padažu, svogūnais (tausojantis)	33A	75/20/20g	22,07	7,64	9,46	189,97
Biri nešlifuotų ryžių košė	5Gar	50g	1,36	2,35	14,48	81,88
Brokolių salotos su porais, obuoliais, aliejaus padažu	43S	75g	1,67	7,53	6,22	92,07
Iš viso:			**25,10**	**17,52**	**30,16**	**363,92**

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Paukštienos kukuliai (tausojantis)	35A	100g	25,42	6,11	4,06	168,97
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis)	8Gar	50g	2,89	2,62	11,17	83,17
Kopūstų salotos su porais, aliejaus padažu (augalinis)	1S	100g	1,60	9,88	6,60	112,06
Iš viso:			**29,91**	**18,61**	**21,83**	**364,20**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta paukštienos file (tausojantis)	30A	75g	18,38	5,28	6,62	147,79
Biri grikių kruopų košė	7Gar	50g	3,07	2,76	16,78	102,33
Špinatų salotos su pekininiais kopūstais, ridikėliais, aliejaus padažu	55S	100g	1,37	9,83	3,41	102,31
Iš viso:			**22,82**	**17,87**	**26,81**	**352,43**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g

Šiaulių r. Meškučių gimnazijos direktorius Algirdas Kontrimas
VVP-10289
2019-09-06
LIETUVOS RESPUBLIKOS MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
ŠIAULIŲ VALDYBA

Vaisiai		200g	1,52	0,6	27,88	112

Sriubos 10.40 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (ž.žirnelių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	250g	2,74	5,23	16,31	113,95
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40g	2,96	0,64	17,06	86,08
Iš viso:			**5,70**	**5,87**	**33,37**	**200,03**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (ž.žirnelių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	17Sr	150g	1,64	3,14	9,79	68,37
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20g	1,48	0,32	8,53	43,04
Iš viso:			**3,12**	**3,46**	**18,32**	**111,41**

Pietūs 11.35val.*

1 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žuvies maltinis (tausojantis)	43A	75g	13,08	7,76	13,23	174,33
Biri ryžių (nešlifuoti) kruopų košė	5Gar	50g	1,36	2,35	14,48	81,88
Morkų, obuolių salotos su migdolų riešutais, nesaldinto jogurto padažu	12S	100g	3,57	6,02	9,57	101,00
Iš viso:			**18,01**	**16,13**	**37,28**	**357,21**

Pietūs val.*

2 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių-daržovių troškinys (augalinis, tausojantis)	14AA	200g	14,13	6,11	42,95	259,07
Žiedinių kopūstų salotos su porais, obuoliais ir aliejaus padažu	43S	100g	1,97	9,99	7,69	118,26
Iš viso:			**16,10**	**16,10**	**50,64**	**377,33**

Pietūs val.*

3 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kepta lašišos file (tausojantis)	37A	75g	19,58	16,50	1,26	230,60
Biri nešlifuotų ryžių košė	5Gar	40g	1,09	1,88	11,58	65,50
Troškintų daržovių asorti su jogurtinės grietinės-pomidorų padažu	10Ga	100g	3,33	2,06	8,30	86,45
Iš viso:			**24,00**	**20,44**	**21,14**	**382,55**

Šiaulių r. Meškuičių gimnazijos
direktorius
Algirdas Kontrimas

VVP-10283
2019.09.06
ŠIAULIŲ VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Pietūs val.*

4 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių cepelinai su mėsa (kiauliena, tausojantis)	50A	150g	12,42	8,09	32,80	249,50
Grietinė 30%	17P	40g	0,96	12,00	1,24	117,20
Iš viso:			**13,38**	**20,09**	**34,04**	**366,70**

Pietūs val.*

5 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių blynai su mėsa (kiauliena, tausojantis)	53A	150g	12,64	11,24	38,17	301,08
Jogurtinė grietinė 10%	17P	50g	1,70	5,00	2,10	60,00
Iš viso:			**14,34**	**16,24**	**40,27**	**361,08**

Pietūs val.*

6 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtų bulvių blynai su varškės įdaru (tausojantis)	52A	150g	11,15	9,71	43,84	305,00
Jogurtinė grietinė 10%	17P	40g	1,36	4,00	1,68	48,00
Iš viso:			**12,51**	**13,71**	**45,52**	**353,00**

Pietūs val.*

7 Pietų patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virtos dešrelės (tausojantis)	36A	75g	5,38	21,29	0,70	215,28
Biri grikių kruopų košė	7Gar	40g	2,45	2,21	13,42	81,86
Ridikų salotos su obuoliais, pekiniais kopūstais, paprikomis, aliejaus padažu	51S	75g	0,80	7,40	5,30	85,85
Iš viso:			**8,63**	**30,90**	**19,42**	**382,99**

* galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus

**Tiekiant sriubą ne kartu su pietų patiekalu galima 250g arba kartu 150g