

2 savaitė  
Pirmadienis

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	505	150 (144/6)	1,50	3,14	11,40	79,82
Ruginė duona (pilno grūdo)	71/72	30	2,25	0,45	12,84	64,41
Ryžių (nešlifuoti) plovai su kiauliena (tausojantis)	291/292	250 (129,62/ 120,38)	27,21	27,57	39,96	516,80
Kopūstų salotos su agurkais, porais ir aliejaus padažu (augalinis)	540	50 (47,5/2,5)	0,78	2,58	2,40	35,94
Pomidorai skiltelėmis	77/78	40	0,40	0,08	1,64	8,88
Marinuoti agurkai	96/97	40	0,40	0,00	3,20	14,40
Vaisius (obuoliai)	578	250	1,00	1,03	27,50	123,23
Vanduo su citrina	93/94	200	0,49	0,03	0,68	4,93
Plėšomos sūrio lazdelės	538	20	5,12	4,10	0,32	58,66
Iš viso:			39,15	38,98	99,94	907,07

TVIRTINU  
Vilkaviškio Salomejos Neries  
pagrindinės mokyklos direktori  
Daina Juškauskienė

2 savaitė  
Antradienis

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	560	150	1,22	3,18	8,03	65,68
Ruginė duona (pilno grūdo)	71/72	30	2,25	0,45	12,84	64,41
Keptas vištienos maltinukas (tausojantis)	839	120	29,38	15,67	12,74	309,51
Virti makaronai su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	530	100	4,21	4,13	28,29	167,14
Morkų ir obuolių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	624	50 (47,5/ 22,5)	0,55	2,63	4,96	45,70
Švieži agurkai	289/ 290	50	0,40	0,10	1,15	7,10
Žaliųjų žirnelių salotos	889	40	1,49	0,17	5,27	28,61
Vaisius (kiviai)	668	200	2,00	2,00	28,00	138,00
Pienas (2,5%) arba	217/ 218	200	6,52	5,00	9,32	108,36
Kefyras (2,5%)	566	200	6,00	5,00	8,00	101,00
Iš viso su pienu:			48,02	33,33	110,60	934,51
Iš viso su kefyru:			47,50	33,33	109,28	927,15

*Suoleviciute*  
Direktorė  
**Daina Juškauskienė**  
2025-02-14

Pakeičiu 11 metų ir vyresnių vaikų amžiaus grupės 15 dienų valgiaraščio 8 dieną.

2 savaitės

Trečiadienio pietus į:

Pietūs val.

Patickalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patickalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	502	150	1,06	3,11	9,59	70,59
Ruginė duona (pilno grūdo)	71/72	30	2,25	0,45	12,84	64,41
Kepta vištienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	892	150	44,35	12,30	4,52	306,21
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	269/270	90	4,95	3,69	27,64	163,55
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejumi (augalinis)	183/184	50 (46,25/ 3,75)	0,70	3,84	3,76	52,42
Marinuoti agurkai	96/97	50	0,50	0,00	4,00	18,00
Troškintos daržovės (tausojantis)	611	40	0,79	2,69	1,72	34,24
Vaisiai (apelsinai)	595	250	2,50	0,25	30,00	132,25
Vanduo su apelsinu	123/124	200	0,08	0,00	0,96	4,16
Iš viso:			57,18	26,33	95,03	845,83

TVIRTINU  
Vilkaviškio Salomėjos Neries  
pagrindinės mokyklos direktorė  
Daina Juškauskienė

2 savaitė  
Ketvirtadienis

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	509	150	0,92	3,11	7,20	60,50
Ruginė duona (pilno grūdo)	71/72	30	2,25	0,45	12,84	64,41
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	247/ 248	120	22,43	19,45	6,21	289,60
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	273/ 274	100	2,06	0,10	18,85	84,56
Morkų salotos su česnakais ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	143/1 44	50 (43/ 1/6)	0,50	6,08	3,95	72,50
Žalieji žirneliai su nesaldintu jogurtu	389	60 (46/14)	2,39	0,44	7,28	42,72
Vaisius (bananai)	585	200	2,00	0,80	44,00	191,20
Nesaldinta arbata (kmynų, pankolių, erškėtrožių vaisių, kinrožės, vaisinė)	29/30	200	0,00	0,00	0,01	0,03
Iš viso:			32,55	30,43	100,34	805,52

**TVIRTINU**  
Vilkaviškio Salomėjos Neries  
pagrindinės mokyklos direktorė  
**Daina Juškauskienė**



*dsaraitė*  
*Penktadienis*

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojojantis)	507	150	3,57	3,27	14,46	101,60
Žuvies kukulis (tausojojantis)	343/344	120	21,96	15,59	7,90	259,80
Virti ryžiai (nešlifuoti) (tausojojantis)	281/ 282	110	2,89	0,41	29,34	132,67
Virtų burokėlių salotos su svogūnais (augalinis) (tausojojantis)	546	65	0,98	4,25	6,01	66,22
Pomidorai skiltelėmis	77/78	40	0,40	0,08	1,64	8,88
Paprikos skiltelėmis	110/ 111	20	0,20	0,02	1,20	5,78
Vaisius (obuoliai) arba	578	250	1,00	1,03	27,50	123,23
Vaisiai (kriaušės)	607	250	0,75	1,00	37,50	162,00
Pienas (2,5%) arba	217/ 218	200	6,52	5,00	9,32	108,36
Kefyras (2,5%)	566	200	6,00	5,00	8,00	101,00
Iš viso su pienu ir obuoliu:			37,52	29,65	97,37	806,54
Iš viso su pienu ir kriaušėmis:			37,27	29,62	107,37	845,31
Iš viso su kefyru ir obuoliu:			37,00	29,65	96,05	799,18
Iš viso su kefyru ir kriaušėmis:			36,75	29,62	106,05	837,95

**TVIRTINU**  
Vilkaviškio Salomėjos Neries  
pagrindinės mokyklos direktorė  
**Daina Juškauskienė**