

**Marijampolės sav. Liudvinavo Kazio Borutos gimnazija. A. Juozapavičiaus g. 1, Liudvinavo mstl.,
Marijampolės sav., LT - 69171**

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

6-11 m. ir vyresnių amžiaus grupės

**Įstaigos darbo laikas
Nuo 8.00 iki 17.00 val.**



TVIRTINU
Direktoriė
Roma Raškevičienė
2026-08-31

1 savaitė pirmadienis
Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai 9.40 – 9.55

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Tiršta grikių kruopų košė (tausojantis)	R01/5B	200	10,56	8,17	45,67	295,07
Fermentinis sūris sviestas, batonas su sėlenomis	U01/2A	45/0/0	6,46	9,62	12,11	161,89
Nesaldinta žolelių arbata	G01/2C	200	0	0	0,00	0,00
Sūrio lazdelės (40% riebi.)	U04/1A	40	10,80	8,40	0,64	120,80
Viso			27,82	26,19	58,43	577,76

Pietūs 1 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pieniška ryžių kruopų sriuba	S20/1B	150	3,50	4,71	13,85	110,10
Konvekciniėje krosnelėje keptas natūralus vištienos filė kepsnelis (tausojantis)	Š05/4B	80	23,25	18,41	10,89	258,31
Virtos daržovės (augalinis)	L111D	50	1,48	0,15	4,22	16,32
Pekininių kopūstų ir pomidorų salotos su saldžiarūgščiu aliejaus užpilu (augalinis)	L05/1B	65	0,67	3,05	2,42	34,31
Šviežios daržovės (augalinis)	L071B	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Perlinių kruopų košė (augalinis)	R10/4A	100	4,12	8,64	31,58	210,54
Geriamas vanduo su citrina	G02/2B	204/0	0,03	0,02	0,37	1,24
Obuolys	VPZ6	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso			33,84	35,47	77,48	689,31

Pietūs 2 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pieniška ryžių kruopų sriuba	S20/1B	150	3,50	4,71	13,85	110,10
Traški vištienos filė su kukurūzų dribsniais	Š16/1C	90	30,66	17,23	32,33	358,12
Perlinių kruopų košė (augalinis)	R10/4B	80	3,29	6,91	25,27	168,43
Pekininių kopūstų ir pomidorų salotos su saldžiarūgščiu aliejaus užpilu (augalinis)	L05/1B	65	0,67	3,05	2,42	34,31
Šviežios daržovės (augalinis)	L071B	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Virtos daržovės (augalinis)	L111D	50	1,48	0,15	4,22	16,32
Geriamas vanduo su citrina	G02/2B	204/0	0,03	0,02	0,37	1,24
Obuolys	VPZ6	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso			40,43	32,57	92,60	747,01

Pietūs 3 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pieniška ryžių kruopų sriuba	S20/1B	150	3,50	4,71	13,85	110,10
Virti varškėčiai (tausojantis)	V03/3C	180	21,91	10,63	41,93	348,87
Grietinė (30% rie.)	P10/1C	30	0,72	9,00	0,93	88,20
Uogienė	P13/1B	30	0,09	0,0	21,27	81,30
Pekininių kopūstų ir pomidorų salotos su saldžiarūgščiu aliejaus užpilu (augalinis)	L05/1B	65	0,67	3,05	2,42	34,31
Šviežios daržovės (augalinis)	L071B	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Virtos daržovės (augalinis)	L111D	50	1,48	0,15	4,22	16,32
Geriamas vanduo su citrina	G02/2B	204/0	0,03	0,02	0,37	1,24
Obuolys	VPZ6	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso			29,19	28,05	99,14	738,84
Iš viso			131,29	122,28	327,64	2752,92

Mokiniams gaunantiems nemokamą maitinimą papildomai skiriama:
Džiovinti vaisiai ir uogos.

- Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti vandens.
- Priklausomai nuo aplinkybių galimi laikini valgiaraščio neatitikimai.
- Patiekaluose esantys alergenai pažymėti atskirame lape.

Vyriausioji virėja



Živilė Šidlauskienė



TVIRTINU

Direktorė

Roma Raškevičienė

2026-08-31

1 savaitė antradienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai 9.40 – 9.55

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Varškė su trintomis uogomis ir grietine	T02/1A	145/0/0	13,76	14,86	7,46	217,90
Šviežių daržovių rinkinukas (augalinis)	L60/1A	50	0,45	0,10	1,60	7,00
Nesaldinta vaisinė arbata	G01/4B	200	0	0	0,00	0,00
Karštas sumuštinis (tausojantis)	U02/1A	65/0/0	7,54	5,49	23,09	172,74
Ryžių traputis	KPZ4	8	0,57	0,09	6,32	29,20
Viso			22,31	20,54	38,47	426,84

Pietūs 1 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis)	S09/1B	150	2,00	6,21	13,02	112,33
Kietagrūdžiai makaronai su jautiena ir pomidorų padažu (tausojantis)	J08/1A	190	14,03	7,53	40,07	285,73
Rauginti kopūstai su morkomis, svogūnais ir aliejumi (augalinis)	L02/1A	80	0,66	3,03	2,63	41,16
Šviežios daržovės (augalinis)	L071B	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Šviežios daržovės (augalinis)	L261A	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Kefyras (2.5% rie.)	G05/2B	150	4,80	3,75	5,85	76,50
Apelsinas	VPZ9	160	1,28	0,32	17,60	68,80
Viso			23,67	21,05	82,36	598,52

Pietūs 2 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis)	S09/1B	150	2,00	6,21	13,02	112,33
Menkės kepsnys su daržovėmis ir sūriu	Ž061A	100	17,48	15,61	6,64	229,68
Virtos bulvės (augalinis)	D02/3B	100	2,17	0,11	19,85	87,85
Rauginti kopūstai su morkomis, svogūnais ir aliejumi (augalinis)	L02/1A	80	0,66	3,03	2,63	41,16
Šviežios daržovės (augalinis)	L071B	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Šviežios daržovės (augalinis)	L261A	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Kefyras (2.5% rie.)	G05/2B	150	4,80	3,75	5,85	76,50
Apelsinas	VPZ9	160	1,28	0,32	17,60	68,80
Viso			29,29	29,23	68,79	630,33

Pietūs 3 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis)	S09/1B	150	2,00	6,21	13,02	112,33
Blynėlis su varškės įdaru	M12/1A	150	19,20	25,70	19,36	385,98
Rauginti kopūstai su morkomis, svogūnais ir aliejumi (augalinis)	L02/1A	80	0,66	3,03	2,63	41,16
Šviežios daržovės (augalinis)	L071B	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Šviežios daržovės (augalinis)	L261A	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Trintos uogos	P12/1A	25	0,24	0,12	2,71	11,50
Kefyras (2.5% rie.)	G05/2B	150	4,80	3,75	5,85	76,50
Apelsinas	VPZ9	160	1,28	0,32	17,60	68,80
Viso			29,07	39,34	64,37	710,27
Iš viso			104,35	110,15	253,99	2365,95

Mokiniams gaunantiems nemokamą maitinimą papildomai skiriama:
4 grūdų traputis.

- Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti vandens.
- Priklausomai nuo aplinkybių galimi laikini valgiaraščio neatitikimai.
- Patiekaluose esantys alergenai pažymėti atskirame lape.

Vyriausioji virėja



Živilė Šidlauskienė



1 savaitė trečiadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai 9.40 – 9.55

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Keptas garuose natūralus omletas (tausojantis)	K05/1C	150	13,95	15,14	10,19	231,87
Pilno grūdo ruginė duona, sviestas (82% rieš.)	U05/3B	50/0	2,74	7,29	21,86	160,76
Švieži agurkai (augalinis)	L071B	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Konservuoti žalieji žirneliai (augalinis)	L61/1D	30	1,47	0,06	4,74	19,20
Nesaldinta žolelių arbata	G01/2C	200	0	0	0,00	0,00
Grūdų batonėlis	DPZ13	20	1,04	1,38	14,92	66,80
Viso			19,60	23,97	52,86	484,13

Pietūs 1 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Burokėlių sriuba (augalinis)	S01/2B	150	1,16	4,08	8,87	72,28
Plovas su kiauliena (tausojantis)	J22/1B	200	18,86	24,08	41,66	354,13
Grietinė (30% rieš.)	P10/1B	10	0,24	3,00	0,31	29,40
Pilno grūdo ruginė duona	U05/2A	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Šviežios daržovės (augalinis)	L10/1A	50	0,65	0,25	3,30	14,50
Virti burokėliai su citrininiu užpilu (augalinis)	L25/1B	75	1,12	1,44	7,42	40,94
Šviežios daržovės (augalinis)	L071B	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Nesaldintas kmyno gėrimas su citrina	G03/2B	202/0	0,41	0,30	1,18	7,28
Bananas	VPZ26	130	1,56	0,39	30,03	115,70
Viso			25,70	33,85	104,39	687,17

Pietūs 2 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Burokėlių sriuba (augalinis)	S01/2B	150	1,16	4,08	8,87	72,28
Pica su kumpiu ir agurkais	M13/1A	135	11,48	9,99	44,55	318,60
Pomidorų padažas	P01/1B	30	0,75	0,0	6,54	28,50
Grietinė (30% rieš.)	P10/1B	10	0,24	3,00	0,31	29,40
Pilno grūdo ruginė duona	U05/2A	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Šviežios daržovės (augalinis)	L10/1A	50	0,65	0,25	3,30	14,50
Virti burokėliai su citrininiu užpilu (augalinis)	L25/1B	75	1,12	1,44	7,42	40,94
Šviežios daržovės (augalinis)	L071B	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Nesaldintas kmynų gėrimas su citrina	G03/2B	202/0	0,41	0,30	1,18	7,28
Bananas	VPZ26	130	1,56	0,39	30,03	115,70
Viso			19,07	19,76	113,82	680,14

Pietūs 3 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Burokėlių sriuba (augalinis)	S01/2B	150	1,16	4,08	8,87	72,28
Tarkuotų bulvių cepelinai su kiauliena	D04/1A	200	12,44	14,73	55,67	347,45
Grietinė (30% rieš.)	P10/1C	30	0,72	9,00	0,93	88,20
Pilno grūdo ruginė duona	U05/2A	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Šviežios daržovės (augalinis)	L10/1A	50	0,65	0,25	3,30	14,50
Virti burokėliai su citrininiu užpilu (augalinis)	L25/1B	75	1,12	1,44	7,42	40,94
Šviežios daržovės (augalinis)	L071B	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Nesaldintas kmynų gėrimas su citrina	G03/2B	202/0	0,41	0,30	1,18	7,28
Bananas	VPZ26	130	1,56	0,39	30,03	115,70
Viso			19,76	30,51	119,02	739,28

Pietūs 4 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Burokėlių sriuba (augalinis)	S01/2B	150	1,16	4,08	8,87	72,28
Konvekinėje krosnelėje apkeptos daržovės	D09/1A	200	4,46	5,32	20,57	132,87
Pilno grūdo ruginė duona	U05/2A	20	1,30	0,22	10,46	47,44
Šviežios daržovės (augalinis)	L10/1A	50	0,65	0,25	3,30	14,50
Virti burokėliai su citrininiu užpilu (augalinis)	L25/1B	75	1,12	1,44	7,42	40,94
Šviežios daržovės (augalinis)	L071B	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Natūralios sultys	GPZ4	250	0,42	0,25	24,50	102,50
Bananas	VPZ26	130	1,56	0,39	30,03	115,70
Bananas	VPZ26	130	1,56	0,39	30,03	115,70
Viso			12,63	12,44	136,34	647,43
Iš viso			96,77	120,53	526,42	3238,15

Mokiniams gaunantiems nemokamą maitinimą papildomai skiriama:
Duonos lazdelės.

- Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti vandens.
- Priklausomai nuo aplinkybių galimi laikini valgiaraščio neatitikimai.
- Patiekaluose esantys alergenai pažymėti atskirame lape.



TVIRTINU

Direktorė

Roma Raškevičienė

2026-08-31

1 savaitė ketvirtadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai 9.40 – 9.55

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Tiršta avižinių dribsnių košė (tausojantis)	R07/5B	200	8,88	7,05	39,70	247,55
Nesaldinta žolelių arbata	G01/2C	200	0	0	0,00	0,00
Varškės desertas	T04/1B	80	9,52	8,29	6,74	140,30
Morkų lazdelės (augalinis)	L091A	50	0,50	0,10	4,35	15,50
Sūrio lazdelės (40% rie.)	U04/1A	40	10,80	8,40	0,64	120,80
Viso			29,70	23,84	51,43	524,15

Pietūs 1 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis)	S03/1B	150	1,23	4,11	8,39	71,16
Paukštiesenos kotletas (tausojantis)	Š04/1A	100	23,76	20,74	9,67	275,14
Saldžiarūgštis aliejaus padažas	P20/1A	20	0,0	5,00	0,60	46,57
Šviežių morkų salotos su kepintomis saulėgrąžomis ir saldžiarūgščiu aliejaus užpilu (augalinis)	L03/10D	80	1,68	4,98	7,45	74,11
Įvairių rūšių salotų lapelių mišinys (augalinis)	L14/1A	80	1,22	1,98	1,39	27,00
Virti griekiai (augalinis)	R01/1A	80	4,03	3,39	22,18	132,90
Nesaldintas razinų kompotas	G03/6C	150	0,30	0,07	8,02	31,50
Kivis	VPZ24	100	1,00	0,60	13,90	56,00
Viso			33,22	40,86	71,60	714,38

Pietūs 2 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis)	S03/1B	150	1,23	4,11	8,39	71,16
Troškinta kalakutiena su daržovėmis (tausojantis)	Š03/3C	120/0	25,59	8,82	7,18	204,16
Saldžiarūgštis aliejaus padažas	P20/1A	20	0,0	5,00	0,60	46,57
Virti griekiai (augalinis)	R01/1D	100	5,04	4,23	27,72	166,12
Šviežių morkų salotos su kepintomis saulėgrąžomis ir saldžiarūgščiu aliejaus užpilu (augalinis)	L03/10D	80	1,68	4,98	7,45	74,11
Įvairių rūšių salotų lapelių mišinys (augalinis)	L14/1A	80	1,22	1,98	1,39	27,00
Nesaldintas razinų kompotas	G03/6A	200	0,40	0,09	10,70	42,00
Kivis	VPZ24	100	1,00	0,60	13,90	68,80
Viso			36,16	29,81	77,33	687,12

Pietūs 3 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis)	S03/1B	150	1,23	4,11	8,39	71,16
Kepta paukštienos filė	Š011B	90	21,46	24,11	11,80	309,70
Saldžiarūgštis aliejaus padažas	P20/1A	20	0,0	5,00	0,60	46,57
Šviežių morkų salotos su kepintomis saulėgrąžomis ir saldžiarūgščiu aliejaus užpilu (augalinis)	L03/10C	60	1,26	3,73	5,59	55,58
Įvairių rūšių salotų lapelių mišinys (augalinis)	L14/1A	80	1,22	1,98	1,39	27,00
Virti griekiai (augalinis)	R01/1A	80	4,03	3,39	22,18	132,90
Kivis	VPZ24	100	1,00	0,60	13,90	68,80
Viso			30,20	42,92	63,85	698,91
Iš viso			129,28	137,44	264,21	2624,56

Mokiniams gaunantiems nemokamą maitinimą papildomai skiriama:
Varškės sūrelis.

- Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti vandens.
- Priklausomai nuo aplinkybių galimi laikini valgiaraščio neatitikimai.
- Patiekaluose esantys alergenai pažymėti atskirame lape.

Vyriausioji virėja



Živilė Šidlauskienė



V. VIRTINU

Direktorė

Roma Raškevičienė

2026-08-31

1 savaitė penktadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai 9.40 – 9.55

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Virta pieniška dešrelė	J01/1A	60	8,40	13,68	0	154,20
Pomidorų padažas	P01/1B	30	0,75	0,0	6,54	28,50
Virti griekiai (augalinis)	R01/1B	120	6,05	5,08	33,26	199,34
Burokėlių salotos su šviežiais agurkais ir aliejaus užpilu (augalinis)	L04/1A	85	1,09	5,09	6,60	70,24
Nesaldinta juodoji arbata su citrina	G01/1B	206/0	0,04	0,02	0,55	1,86
Grūdų traputis	U08/1B	16	1,70	0,46	13,01	59,84
Viso			18,02	24,34	59,97	513,98

Pietūs 1 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Žirnių sriuba (augalinis)	S08/1B	150	4,18	3,25	16,04	103,25
Jūros lydekos filė maltinis virtas garuose (tausojantis)	Ž02/1B	100	19,38	4,66	12,96	171,49
Jogurtinis padažas su medumi ir balzaminio actu	P19/1A	20	0,79	0,52	1,64	14,51
Miežinių kruopų garnyras (tausojantis)	R031A	100	3,09	5,28	21,30	138,96
Šviežios daržovės (augalinis)	L55/1B	80	1,04	0,24	2,00	9,60
Šviežios daržovės (augalinis)	L071B	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Šviežios daržovės (augalinis)	L261A	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Grietinė (30% riebi.)	P10/1D	20	0,48	6,00	0,62	58,80
Džiovintų spanguolių kompotas	G03/8A	200	0,05	0,02	15,48	71,46
Obuolys	VPZ6	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso			30,32	20,57	86,24	635,07

Pietūs 2 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Žirnių sriuba (augalinis)	S08/1B	150	4,18	3,25	16,04	103,25
Blynelis su varškės įdaru	M12/1A	150	19,20	25,70	19,36	385,98
Jogurtinis padažas su medumi ir balzaminiu actu	P19/1A	20	0,79	0,52	1,64	14,51
Natūralaus jogurto padažas	P16/1A	30	1,12	0,74	5,70	33,90
Trintos avietės	P041A	30	0,34	0,17	5,33	22,46
Šviežios daržovės (augalinis)	L55/1B	80	1,04	0,24	2,00	9,60
Šviežios daržovės (augalinis)	L071B	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Šviežios daržovės (augalinis)	L261A	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Džiovintų spanguolių kompotas	G03/8A	200	0,05	0,02	15,48	71,46
Obuolys	VPZ6	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso			28,02	31,23	81,75	708,16

Pietūs 3 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Žirnių sriuba (augalinis)	S08/1B	150	4,18	3,25	16,04	103,25
Konvekciniėje krosnelėje keptas varškės pudingas (tausojantis)	V04/4C	170	23,05	14,80	27,50	338,08
Jogurtinis padažas su medumi ir balzaminiu actu	P19/1A	20	0,79	0,52	1,64	14,51
Natūralaus jogurto padažas	P16/1A	30	1,12	0,74	5,70	33,90
Trintos avietės	P041A	30	0,34	0,17	5,33	22,46
Šviežios daržovės (augalinis)	L55/1B	80	1,04	0,24	2,00	9,60
Šviežios daržovės (augalinis)	L071B	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Šviežios daržovės (augalinis)	L261A	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Džiovintų spanguolių kompotas	G03/8A	200	0,05	0,02	15,48	71,46
Obuolys	VPZ6	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso			31,87	20,33	89,89	660,26
Iš viso			108,23	96,48	317,85	2517,48

Mokiniams gaunantiems nemokamą maitinimą papildomai skiriama:
Sūrio lazdelės.

- Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti vandens.
- Priklausomai nuo aplinkybių galimi laikini valgiaraščio neatitikimai.
- Patiekaluose esantys alergenai pažymėti atskirame lape.

Vyriausioji virėja



Živilė Šidlauskienė



M. MARTINUS

Direktorė

Roma Raškevičienė

2026-08-31

2 savaitė pirmadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai 9.40 – 9.55

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Blynėliai su varške	M05/2A	130	16,79	15,04	42,92	366,23
Trintos avietės	P041A	30	0,34	0,17	5,33	22,46
Grietinė (30% riebi.)	P10/1C	30	0,72	9,00	0,93	88,20
Nesaldinta juodoji arbata su citrina	G01/1B	206/0	0,04	0,02	0,55	1,86
Ryžių traputis	KPZ4	8	0,57	0,09	6,32	29,20
Viso			18,46	24,32	56,05	507,95

Pietūs 1 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Konservuotų rūgštinių sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis)	S06/1B	150	1,35	4,11	10,76	83,01
Plovas su vištiena (tausojuantis)	Š13/2A	200	27,26	22,79	39,03	410,38
Saldžiarūgštis aliejaus padažas	P20/1A	20	0,0	5,00	0,60	46,57
Virtos daržovės (augalinis)	L111D	50	1,48	0,15	4,22	16,32
Šviežios daržovės (augalinis)	L50/1B	80	0,96	0,24	2,72	8,80
Šviežios daržovės (augalinis)	L071B	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Šaltas arbatos gėrimas	G071A	180	0,14	0,08	10,80	44,40
Obuolys	VPZ6	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso			31,99	32,87	82,28	667,97

Pietūs 2 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Konservuotų rūgštynių sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis)	S06/1B	150	1,35	4,11	10,76	83,01
Konvekciniame krosnelėje keptas vištienos maltinis (tausojantis)	Š07/2B	100	18,74	12,38	13,51	241,41
Saldžiarūgštis aliejaus padažas	P20/1A	20	0,0	5,00	0,60	46,57
Virti grikiai (augalinis)	R01/1D	100	5,04	4,23	27,72	166,12
Virtos daržovės (augalinis)	L111D	50	1,48	0,15	4,22	16,32
Šviežios daržovės (augalinis)	L50/1B	80	0,96	0,24	2,72	8,80
Šviežios daržovės (augalinis)	L071B	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Šaltas arbatos gėrimas	G071A	180	0,14	0,08	10,80	44,40
Obuolys	VPZ6	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso			28,51	26,69	84,47	665,12

Pietūs 3 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Konservuotų rūgštynių sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis)	S06/1B	150	1,35	4,11	10,76	83,01
Virti varškėčiai (tausojantis)	V03/3C	180	21,91	10,63	41,93	348,87
Grietinė (30% rie.)	P10/1C	30	0,72	9,00	0,93	88,20
Trintos uogos	P12/1B	30	0,28	0,15	3,26	13,80
Saldžiarūgštis aliejaus padažas	P20/1A	20	0,0	5,00	0,60	46,57
Virtos daržovės (augalinis)	L111D	50	1,48	0,15	4,22	16,32
Šviežios daržovės (augalinis)	L50/1B	80	0,96	0,24	2,72	8,80
Šviežios daržovės (augalinis)	L071B	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Šaltas arbatos gėrimas	G071A	180	0,14	0,08	10,80	44,40
Obuolys	VPZ6	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso			27,65	29,86	89,36	708,46
Iš viso			106,61	113,74	312,16	2549,51

Mokiniams gaunantiems nemokamą maitinimą papildomai skiriama:
Šaltyje džiovintos uogos.

- Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti vandens.
- Priklausomai nuo aplinkybių galimi laikini valgiaraščio neatitikimai.
- Patiekaluose esantys alergenai pažymėti atskirame lape.

Vyriausioji virėja



Živilė Šidlauskienė



TVIRTINU
Direktoriė
Roma Raškevičienė
2026-08-31

2 savaitė antradienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai 9.40 – 9.55

Patiekalo pavadinimas	Rcp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Šešių grūdų kruopų košė (tausojantis)	R14/1A	220	4,90	6,60	28,54	194,21
Varškės sūrelis	PGZ3	100	14,10	7,90	14,80	188,00
Nesaldinta vaisinė arbata	G01/4B	200	0	0	0,00	0,00
Obuolys	VPZ6	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso			19,40	14,90	56,34	435,21

Pietūs 1 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pomidorinė sriuba su nešlifuoti ryžiais (augalinis)	S08/5B	150	1,35	3,26	12,25	78,88
Blynėlis su mėsos įdaru	M14/1B	130	21,07	31,17	13,50	309,10
Baltas padažas su sviestu ir grietine	P02/1A	30	1,36	7,01	7,25	97,12
Saldžiarūgštis aliejaus padažas	P20/1A	20	0,0	5,00	0,60	46,57
Šviežios daržovės (augalinis)	L50/1B	80	0,96	0,24	2,72	8,80
Konservuoti žalieji žirneliai (augalinis)	L61/1A	50	2,45	0,10	7,90	32,00
Šviežios daržovės (augalinis)	L261A	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Džiovintų abrikosų kompotas	G03/9A	200	0,83	0,09	12,10	48,78
Apelsinas	VPZ9	160	1,28	0,32	17,60	68,80
Viso			29,80	47,29	75,97	698,54

Pietūs 2 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pomidorinė sriuba su nešlifuoti ryžiais (augalinis)	S08/5B	150	1,35	3,26	12,25	78,88
Kiaulienos kotletai (tausojojantis)	J06/1A	100	18,03	29,41	8,29	266,86
Saldžiarūgštis aliejaus padažas	P20/1A	20	0,0	5,00	0,60	46,57
Perlinių kruopų košė (augalinis)	R10/4B	80	3,29	6,91	25,27	168,43
Šviežios daržovės (augalinis)	L50/1B	80	0,96	0,24	2,72	8,80
Konservuoti žalieji žirneliai (augalinis)	L61/1A	50	2,45	0,10	7,90	32,00
Šviežios daržovės (augalinis)	L261A	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Džiovintų abrikosų kompotas	G03/9B	150	0,62	0,07	9,07	36,58
Apelsinas	VPZ9	160	1,28	0,32	17,60	68,80
Viso			28,48	45,42	85,75	715,42

Pietūs 3 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pomidorinė sriuba su nešlifuoti ryžiais (augalinis)	S08/5B	150	1,35	3,26	12,25	78,88
Kiaulienos kumpio guliašas (tausojojantis)	J14/4B	110/0	18,29	22,51	6,41	187,69
Saldžiarūgštis aliejaus padažas	P20/1A	20	0,0	5,00	0,60	46,57
Perlinių kruopų košė (augalinis)	R10/4A	100	4,12	8,64	31,58	210,54
Šviežios daržovės (augalinis)	L50/1B	80	0,96	0,24	2,72	8,80
Konservuoti žalieji žirneliai (augalinis)	L61/1A	50	2,45	0,10	7,90	32,00
Šviežios daržovės (augalinis)	L261A	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Džiovintų abrikosų kompotas	G03/9A	200	0,83	0,09	12,10	48,78
Apelsinas	VPZ9	160	1,28	0,32	17,60	68,80
Viso			29,77	40,27	93,21	690,55
Iš viso			107,44	147,87	311,27	2539,72

Mokiniams gaunantiems nemokamą maitinimą papildomai skiriama:
Grūdų batonėlis.

- Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti vandens.
- Priklausomai nuo aplinkybių galimi laikini valgiaraščio neatitikimai.
- Patiekaluose esantys alergenai pažymėti atskirame lape.

Vyriausioji virėja



Živilė Šidlauskienė



TVIRTINU
Direktoriė
Roma Raškevičienė
2026-08-31

2 savaitė trečiadienis
Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai 9.40 – 9.55

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Virtas kiaušinis	K03/1B	120	14,76	14,04	0,84	188,40
Pilno grūdo ruginė duona, sviestas (82% rieš.)	U05/3B	50/0	2,74	7,29	21,86	160,76
Švieži agurkai (augalinis)	L071A	30	0,24	0,06	0,69	3,30
Konservuoti žalieji žirneliai (augalinis)	L61/1C	40	1,96	0,08	6,32	25,60
Nesaldinta arbata su pienu (2.5% rieš.)	G01/3B	200/0	1,60	1,25	2,40	27,50
Obuolys	VPZ6	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso			21,70	23,12	45,11	458,56

Pietūs 1 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Baltųjų pupelių sriuba (augalinis)	S07/1B	150	4,51	2,32	18,63	102,72
Virtų bulvių cepelinai su kiauliena (tausojantis)	D03/1A	180	16,06	20,80	42,17	329,16
Baltas padažas su sviestu ir grietine	P02/1A	30	1,36	7,01	7,25	97,12
Šviežių kopūstų salotos su saldžiarūgščiu aliejaus užpilu (augalinis)	L01/1C	75	0,93	4,23	4,76	54,85
Šviežios daržovės (augalinis)	L071B	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Šviežios daržovės (augalinis)	L261A	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Bananas	VPZ26	130	1,56	0,39	30,03	115,70
Viso			25,33	34,96	106,05	713,56

Pietūs 2 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Baltųjų pupelių sriuba (augalinis)	S07/1B	150	4,51	2,32	18,63	102,72
Kiaulienos kotletai (tausojantis)	J06/1A	100	18,03	29,41	8,29	266,86
Šviežių kopūstų salotos su saldžiarūgščiu aliejaus užpilu (augalinis)	L01/1C	75	0,93	4,23	4,76	54,85
Šviežios daržovės (augalinis)	L071B	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Šviežios daržovės (augalinis)	L261A	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Perlinis kuskusas (augalinis)	R02/1A	80	4,80	3,00	29,60	165,22
Bananas	VPZ26	130	1,56	0,39	30,03	115,70
Viso			30,73	39,55	94,52	719,35

Pietūs 3 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Baltųjų pupelių sriuba (augalinis)	S07/1B	150	4,51	2,32	18,63	102,72
Daržovių troškinys su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	J24/1A	200	14,45	20,39	17,70	228,72
Batonas su sėlenomis	U05/1C	45	3,60	1,35	24,66	127,35
Šviežių kopūstų salotos su saldžiarūgščiu aliejaus užpilu (augalinis)	L01/1C	75	0,93	4,23	4,76	54,85
Šviežios daržovės (augalinis)	L071B	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Šviežios daržovės (augalinis)	L261A	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Grietinė (30% rieš.)	P10/1D	20	0,48	6,00	0,62	58,80
Bananas	VPZ26	130	1,56	0,39	30,03	115,70
Viso			26,44	34,89	99,61	702,15
Iš viso			104,20	132,51	345,28	2593,61

Mokiniams gaunantiems nemokamą maitinimą papildomai skiriama:
Natūralios vaisių ir daržovių sultys.

- Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti vandens.
- Priklausomai nuo aplinkybių galimi laikini valgiaraščio neatitikimai.
- Patiekaluose esantys alergenai pažymėti atskirame lape.



TVIRTINU
Direktorė
Roma Raškevičienė
2026-08-31

2 savaitė ketvirtadienis
Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai 9.40 – 9.55

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Tiršta nešlifuočių ryžių kruopų košė (tausojuantis)	R05/5C	250	7,46	8,88	50,90	305,00
Varškės užtepėlė su krapais	V08/1A	40	5,74	3,25	1,62	58,92
Batonas su sėlenomis	U05/1C	45	3,60	1,35	24,66	127,35
Paprikos lazdelės (augalinis)	L10/1A	50	0,65	0,25	3,30	14,50
Nesaldinta žolelių arbata	G01/2C	200	0	0	0,00	0,00
Viso			17,46	13,73	80,49	505,77

Pietūs 1 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Šaltibarščiai	S40/1A	150	3,47	2,39	5,63	55,13
Troškinta menkės filė su morkomis ir brokoliais (tausojuantis)	Ž03/1B	135/0	18,32	5,00	9,01	138,56
Jogurtinis padažas su medumi ir balzaminiu actu	P19/1A	20	0,79	0,52	1,64	14,51
Įvairių rūšių salotų lapelių mišinys (augalinis)	L14/1A	80	1,22	1,98	1,39	27,00
Virtos bulvės (augalinis)	D02/3C	140	3,04	0,15	27,79	122,99
Šviežių daržovių salotos (augalinis)	L13/1C	80	0,84	4,22	4,60	54,62
Migdolų plokštelės	U06/1C	25	6,00	13,50	2,50	150,00
Kriaušė	VPZ19	120	0,48	0,36	16,08	62,40
Viso			34,15	28,13	68,66	625,21

Pietūs 2 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Šaltibarščiai	S40/1A	150	3,47	2,39	5,63	55,13
Apkepti varškėčiai (9% riebi.) (tausojantis)	V07/3B	130	22,92	22,24	31,40	414,87
Jogurtinis padažas su medumi ir balzaminio actu	P19/1A	20	0,79	0,52	1,64	14,51
Mėlynės	P07/1A	30	0,21	0,18	3,44	13,16
Plakta grietinėlė	P06/1A	30	0,76	9,45	3,97	67,20
Įvairių rūšių salotų lapelių mišinys (augalinis)	L14/1A	80	1,22	1,98	1,39	27,00
Šviežių daržovių salotos (augalinis)	L13/1C	80	0,84	4,22	4,60	54,62
Virtos bulvės (augalinis)	D02/3D	50	1,08	0,05	9,92	43,93
Kriaušė	VPZ19	120	0,48	0,36	16,08	62,40
Viso			31,76	41,40	78,09	752,81

Pietūs 3 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Šaltibarščiai	S40/1A	150	3,47	2,39	5,63	55,13
Blynėlis su varškės įdaru	M12/1A	150	19,20	25,70	19,36	385,98
Jogurtinis padažas su medumi ir balzaminio actu	P19/1A	20	0,79	0,52	1,64	14,51
Mėlynės	P07/1A	30	0,21	0,18	3,44	13,16
Plakta grietinėlė	P06/1A	30	0,76	9,45	3,97	67,20
Įvairių rūšių salotų lapelių mišinys (augalinis)	L14/1A	80	1,22	1,98	1,39	27,00
Šviežių daržovių salotos (augalinis)	L13/1C	80	0,84	4,22	4,60	54,62
Virtos bulvės (augalinis)	D02/3D	50	1,08	0,05	9,92	43,93
Kriaušė	VPZ19	120	0,48	0,36	16,08	62,40
Viso			28,04	44,86	66,04	723,91
Iš viso			111,41	128,11	293,27	2607,70

Mokiniams gaunantiems nemokamą maitinimą papildomai skiriama:
Jogurtas.

- Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti vandens.
- Priklausomai nuo aplinkybių galimi laikini valgiaraščio neatitikimai.
- Patiekaluose esantys alergenai pažymėti atskirame lape.



TVIRTINU
Direktorė
Roma Raškevičienė
2026-08-31

2 savaitė penktadienis
Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai 9.40 – 9.55

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Virti varškėčiai (tausojantis)	V03/3B	150	18,26	8,86	34,94	290,72
Morkų lazdelės (augalinis)	L091A	50	0,50	0,10	4,35	15,50
Keturių grūdų trapučiai	DPZ15	31	3,29	0,90	25,21	115,94
Grietinė (30% rie.)	P10/1E	25	0,60	7,50	0,78	73,50
Nesaldinta vaisinė arbata	G01/4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			22,64	17,36	65,28	495,66

Pietūs 1 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pieniška miežinių kruopų sriuba (tausojantis)	S101A	150	3,27	4,13	12,63	98,71
Pilno grūdo makaronai su kalakutienos kumpiu (tausojantis)	Š18/1A	190	23,83	7,38	33,25	274,61
Virti burokėliai su citrininiu užpilu (augalinis)	L25/1B	75	1,12	1,44	7,42	40,94
Aisbergo salotos su agurkais, pomidorais ir paprika (augalinis)	L08/1A	100	1,14	2,28	3,52	33,48
Grietinė ir sviesto padažas	P14/1A	30	0,97	12,34	4,29	112,82
Nesaldintas džiovintų vaisių kompotas	G03/3B	200	0,42	0,06	10,76	45,60
Kivis	VPZ24	100	1,00	0,60	13,90	56,00
Viso			31,76	28,23	85,77	662,16

Pietūs 2 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pieniška miežinių kruopų sriuba (tausojantis)	S101A	150	3,27	4,13	12,63	98,71
Kepta paukštienos filė	Š011B	90	21,46	24,11	11,80	309,70
Virti kietagrūdžių kviečių makaronai (augalinis)	M10/1A	80	2,59	1,67	18,19	100,30
Virti burokėliai su citrininiu užpilu (augalinis)	L25/1B	75	1,12	1,44	7,42	40,94
Aisbergo salotos su agurkais, pomidorais ir paprika (augalinis)	L08/1A	100	1,14	2,28	3,52	33,48
Nesaldintas džiovintų vaisių kompotas	G03/3B	200	0,42	0,06	10,76	45,60
Kivis	VPZ24	100	1,00	0,60	13,90	56,00
Viso			31,01	34,28	78,22	684,74

Pietūs 3 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pieniška miežinių kruopų sriuba (tausojantis)	S101A	150	3,27	4,13	12,63	98,71
Paukštienos kotletas (tausojantis)	Š04/1A	100	23,76	20,74	9,67	275,14
Virti burokėliai su citrininiu užpilu (augalinis)	L25/1B	75	1,12	1,44	7,42	40,94
Aisbergo salotos su agurkais, pomidorais ir paprika (augalinis)	L08/1A	100	1,14	2,28	3,52	33,48
Grietinėlės ir sviesto padažas	P14/1B	20	0,65	8,23	2,86	75,21
Virti kietagrūdžių kviečių makaronai (augalinis)	M10/1A	80	2,59	1,67	18,19	100,30
Nesaldintas džiovintų vaisių kompotas	G03/3D	180	0,38	0,05	9,68	41,04
Kivis	VPZ24	100	1,00	0,60	13,90	56,00
Viso			33,92	39,14	77,87	720,83
Iš viso			119,33	119,00	307,14	2563,39

Mokiniams gaunantiems nemokamą maitinimą papildomai skiriama:
Sūrio lazdelės.

- Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti vandens.
- Priklausomai nuo aplinkybių galimi laikini valgiaraščio neatitikimai.
- Patiekaluose esantys alergenai pažymėti atskirame lape.

Vyriausioji virėja



Živilė Šidlauskienė



TVIRTINU
Direktoriė
Roma Raškevičienė
2026-08-31

3 savaitė pirmadienis
Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai 9.40 – 9.55

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Virti kietagrūdžiai makaronai su ciberžole ir sūriu (45% rieš.) (tausojuantis)	M01/1B	175/0	11,38	15,16	34,17	322,22
Šviežių daržovių rinkinukas (augalinis)	L60/1B	80	0,72	0,16	2,56	11,21
Nesaldinta žolelių arbata	G01/2C	200	0	0	0,00	0,00
Sūrio lazdelės (40% rieš.)	U04/1A	40	10,80	8,40	0,64	120,80
Viso			22,90	23,71	37,38	454,23

Pietūs 1 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Moliūgų sriuba (augalinis)	S25/1A	150	1,09	2,24	7,31	53,32
Konvekciniame krosnelėje keptas natūralus vištienos kumpelių kepsnelis (tausojuantis)	Š05/1B	80	19,88	13,97	0,13	205,32
Jogurtinis padažas su medumi ir balzaminiu actu	P19/1A	20	0,79	0,52	1,64	14,51
Šviežios daržovės (augalinis)	L55/1A	50	0,65	0,15	1,25	6,00
Šviežios daržovės (augalinis)	L10/1A	50	0,65	0,25	3,30	14,50
Virtos šparaginės pupelės (augalinis)	D10/1A	50	0,97	0,15	3,69	12,62
Grietinėlių ir sviesto padažas	P14/1A	30	0,97	12,34	4,29	112,82
Miežinių kruopų košė su grietine (tausojuantis)	R09/2B	100	3,37	4,89	21,66	124,98
Šaltas arbatos gėrimas	G071A	180	0,14	0,08	10,80	44,40
Apelsinas	VPZ9	160	1,28	0,32	17,60	68,80
Viso			29,80	34,91	71,66	657,27

Pietūs 2 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Moliūgų sriuba (augalinis)	S25/1A	150	1,09	2,24	7,31	53,32
Kotletas tešloje	J07/1A	100	20,42	29,70	8,24	310,28
Jogurtinis padažas su medumi ir balzaminio actu	P19/1A	20	0,79	0,52	1,64	14,51
Miežinių kruopų košė su grietinėle (tausojojantis)	R09/2A	80	2,70	3,91	17,33	99,98
Šviežios daržovės (augalinis)	L55/1A	50	0,65	0,15	1,25	6,00
Šviežios daržovės (augalinis)	L10/1A	50	0,65	0,25	3,30	14,50
Virtos šparaginės pupelės (augalinis)	D10/1A	50	0,97	0,15	3,69	12,62
Grietinėlės ir sviesto padažas	P14/1B	20	0,65	8,23	2,86	75,21
Šaltas arbatos gėrimas	G071A	180	0,14	0,08	10,80	44,40
Apelsinas	VPZ9	160	1,28	0,32	17,60	68,80
Viso			29,34	45,54	74,02	699,63

Pietūs 3 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Moliūgų sriuba (augalinis)	S25/1A	150	1,09	2,24	7,31	53,32
Kepta menkė tešloje	Ž01/1A	100	16,62	22,74	11,24	308,46
Jogurtinis padažas su medumi ir balzaminio actu	P19/1A	20	0,79	0,52	1,64	14,51
Miežinių kruopų košė su grietinėle (tausojojantis)	R09/2A	80	2,70	3,91	17,33	99,98
Šviežios daržovės (augalinis)	L55/1A	50	0,65	0,15	1,25	6,00
Šviežios daržovės (augalinis)	L10/1A	50	0,65	0,25	3,30	14,50
Grietinėlės ir sviesto padažas	P14/1B	20	0,65	8,23	2,86	75,21
Virtos šparaginės pupelės (augalinis)	D10/1A	50	0,97	0,15	3,69	12,62
Šaltas arbatos gėrimas	G071A	180	0,14	0,08	10,80	44,40
Apelsinas	VPZ9	160	1,28	0,32	17,60	68,80
Viso			25,54	38,59	77,02	697,81
Iš viso			107,58	142,75	260,07	2508,93

Mokiniams gaunantiems nemokamą maitinimą papildomai skiriama:
Duonos iazdelės.

- Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti vandens.
- Priklausomai nuo aplinkybių galimi laikini valgiaraščio neatitikimai.
- Patiekaluose esantys alergenai pažymėti atskirame lape.

Vyriausioji virėja



Živilė Šidlauskienė



TVIRTINU
Direktoriė
Roma Raškevičienė
2026-08-31

3 savaitė antradienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai 9.40 – 9.55

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Tiršta keturių grūdų dribsnių košė (tausojantis)	R15/1A	200	6,87	5,31	36,30	236,04
Jogurtas	PGZ1	125	4,00	3,62	6,62	75,00
Migdolų plokštelės	U06/1C	25	6,00	13,50	2,50	150,00
Nesaldinta vaisinė arbata	G01/4B	200	0	0	0,00	0,00
Viso			16,87	22,44	45,43	461,04

Pietūs 1 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pieniška grikių sriuba (tausojantis)	S19/1C	150	3,57	4,36	12,41	102,64
Žemaičių blynai su kiauliena (tausojantis)	D05/2B	150	14,80	21,50	43,55	367,96
Grietinė (30% riebi.)	P10/1C	30	0,72	9,00	0,93	88,20
Burokėlių salotos su žaliaisiais žirneliais, porais ir aliejaus užpilu (augalinis)	L06/1B	80	1,89	3,44	8,67	63,86
Marinuoti agurkai	L072A	50	1,40	0,0	0,65	9,50
Šviežios daržovės (augalinis)	L10/1A	50	0,65	0,25	3,30	14,50
Raugintos pasūkos (0,7 % riebi.)	G05/3B	130	3,90	0,39	5,72	42,90
Obuolys	VPZ6	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso			27,33	39,34	88,23	742,56

Pietūs 2 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pieniška grikių sriuba (tausojantis)	S19/1C	150	3,57	4,36	12,41	102,64
Plovas su jautiena (tausojantis)	J11/1B	180	20,07	17,06	34,52	360,69
Burokėlių salotos su žaliaisiais žirneliais, porais ir aliejaus užpilu (augalinis)	L06/1B	80	1,89	3,44	8,67	63,86
Marinuoti agurkai	L072A	50	1,40	0,0	0,65	9,50
Šviežios daržovės (augalinis)	L10/1A	50	0,65	0,25	3,30	14,50
Raugintos pasūkos (0,7 % rieš.)	G05/3B	130	3,90	0,39	5,72	42,90
Obuolys	VPZ6	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso			31,88	25,89	78,27	647,09

Pietūs 3 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pieniška grikių sriuba (tausojantis)	S19/1C	150	3,57	4,36	12,41	102,64
Kiaulienos kotletai (tausojantis)	J06/1A	100	18,03	29,41	8,29	266,86
Virti kietagrūdžių kviečių makaronai (augalinis)	M10/1A	80	2,59	1,67	18,19	100,30
Burokėlių salotos su žaliaisiais žirneliais, porais ir aliejaus užpilu (augalinis)	L06/1B	80	1,89	3,44	8,67	63,86
Marinuoti agurkai	L072A	50	1,40	0,0	0,65	9,50
Šviežios daržovės (augalinis)	L10/1A	50	0,65	0,25	3,30	14,50
Raugintos pasūkos (0,7 % rieš.)	G05/3B	130	3,90	0,39	5,72	42,90
Obuolys	VPZ6	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Viso			32,43	39,92	70,23	653,56
Iš viso			108,51	127,59	282,17	2504,25

Mokiniams gaunantiems nemokamą maitinimą papildomai skiriama:
Džiovinti vaisiai ir uogos.

- Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti vandens.
- Priklausomai nuo aplinkybių galimi laikini valgiaraščio neatitikimai.
- Patiekaluose esantys alergenai pažymėti atskirame lape.



TVIRTINU
Direktorė
Roma Raškevičienė
Raška
2026-08-31

3 savaitė trečiadienis

Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai 9.40 – 9.55

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Pusryčių dribsniai su pienu (2.5% rieb.)	U03/1B	190/0	8,51	5,47	35,04	229,90
Duonos lazdelės	DPZ14	70	9,66	14,21	44,52	294,70
Viso			18,17	19,68	79,56	524,60

Pietūs 1 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Ankštinių daržovių sriuba (augalinis)	S08/6B	150	4,70	2,31	16,26	95,08
Vištienos kotletas užkeptas sūriu (tausojantis)	Š17/1B	90	25,11	23,00	9,41	303,23
Saldžiarūgštis aliejaus padažas	P20/1A	20	0,0	5,00	0,60	46,57
Virti griekiai (augalinis)	R01/1A	80	4,03	3,39	22,18	132,90
Šviežios daržovės (augalinis)	L55/1B	80	1,04	0,24	2,00	9,60
Šviežios daržovės (augalinis)	L071B	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Šviežios daržovės (augalinis)	L261A	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Bananas	VPZ26	130	1,56	0,39	30,03	115,70
Viso			37,34	34,52	83,68	717,08

Pietūs 2 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Ankštinių daržovių sriuba (augalinis)	S08/6B	150	4,70	2,31	16,26	95,08
Vištienos šlaunelių iešmeliai (tausojojantis)	Š19/1A	100	24,51	19,79	1,12	279,80
Saldžiarūgštis aliejaus padažas	P20/1A	20	0,0	5,00	0,60	46,57
Virti griikiai (augalinis)	R01/1A	80	4,03	3,39	22,18	132,90
Šviežios daržovės (augalinis)	L55/1B	80	1,04	0,24	2,00	9,60
Šviežios daržovės (augalinis)	L071B	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Šviežios daržovės (augalinis)	L261A	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Bananas	VPZ26	130	1,56	0,39	30,03	115,70
Viso			36,74	31,32	75,39	693,64

Pietūs 3 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Ankštinių daržovių sriuba (augalinis)	S08/6B	150	4,70	2,31	16,26	95,08
Kepta paukštienos filė	Š011B	90	21,46	24,11	11,80	309,70
Saldžiarūgštis aliejaus padažas	P20/1A	20	0,0	5,00	0,60	46,57
Virti griikiai (augalinis)	R01/1A	80	4,03	3,39	22,18	132,90
Šviežios daržovės (augalinis)	L55/1B	80	1,04	0,24	2,00	9,60
Šviežios daržovės (augalinis)	L071B	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Šviežios daržovės (augalinis)	L261A	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Bananas	VPZ26	130	1,56	0,39	30,03	115,70
Viso			33,69	35,63	86,06	723,55
Iš viso			125,94	121,15	324,69	2658,87

Mokiniams gaunantiems nemokamą maitinimą papildomai skiriama:
Mielinė bandelė su karamelės įdaru.

- Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti vandens.
- Priklausomai nuo aplinkybių galimi laikini valgiaraščio neatitikimai.
- Patiekaluose esantys alergenai pažymėti atskirame lape.



T. VERTINU
Direktorė
Roma Raškevičienė
2026-08-31

3 savaitė ketvirtadienis
Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai 9.40 – 9.55

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Tiršta manų kruopų košė (tausojantis)	R08/2C	250	6,10	6,63	33,03	220,22
Trintos avietės	P041A	30	0,34	0,17	5,33	22,46
Karštas sumuštinis (tausojantis)	U02/1A	65/0/0	7,54	5,49	23,09	172,74
Nesaldinta žolelių arbata	G01/2C	200	0	0	0,00	0,00
Viso			13,98	12,29	61,45	415,41

Pietūs 1 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Daržovių sriuba (augalinis)	S05/2B	150	1,19	2,11	6,03	43,12
Blynelis su varškės įdaru	M12/1A	150	19,20	25,70	19,36	385,98
Trintos uogos su bananu	P051A	30	0,32	0,10	5,01	19,82
Grietinė (30% riebi.)	P10/1D	20	0,48	6,00	0,62	58,80
Šviežių kopūstų ir konservuotų kukurūzų salotos su aliejaus užpilu (augalinis)	L16/1B	80	1,28	2,44	6,84	51,54
Šviežių morkų salotos su sezamo sėklomis ir citrininiu užpilu (augalinis)	L03/5A	55	0,74	3,20	4,99	46,24
Kriaušė	VPZ19	120	0,48	0,36	16,08	62,40
Viso			23,69	39,90	58,93	667,89

Pietūs 2 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Daržovių sriuba (augalinis)	S05/2B	150	1,19	2,11	6,03	43,12
Virti varškėčiai (tausojantis)	V03/3C	180	21,91	10,63	41,93	348,87
Trintos uogos su bananu	P051A	30	0,32	0,10	5,01	19,82
Grietinė (30% rieb.)	P10/1C	30	0,72	9,00	0,93	88,20
Šviežių kopūstų ir konservuotų kukurūzų salotos su aliejaus užpilu (augalinis)	L16/1B	80	1,28	2,44	6,84	51,54
Šviežių morkų salotos su sezamo sėklomis ir citrininiu užpilu (augalinis)	L03/5A	55	0,74	3,20	4,99	46,24
Kriaušė	VPZ19	120	0,48	0,36	16,08	62,40
Viso			26,64	27,83	81,82	660,18

Pietūs 3 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Daržovių sriuba (augalinis)	S05/2B	150	1,19	2,11	6,03	43,12
Lašišos kepsnys(tausojantis)	Ž05/1B	100	25,41	27,19	0,81	271,91
Perlinis kuskusas (augalinis)	R02/1B	100	6,00	3,74	37,00	206,52
Šviežių kopūstų ir konservuotų kukurūzų salotos su aliejaus užpilu (augalinis)	L16/1B	80	1,28	2,44	6,84	51,54
Šviežių morkų salotos su sezamo sėklomis ir citrininiu užpilu (augalinis)	L03/5A	55	0,74	3,20	4,99	46,24
Kriaušė	VPZ19	120	0,48	0,36	16,08	62,40
Viso			35,11	39,03	71,76	681,72
Iš viso			99,42	119,05	273,96	2425,21

Mokiniams gaunantiems nemokamą maitinimą papildomai skiriama:
Natūralios vaisių ir daržovių sultys.

- Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti vandens.
- Priklausomai nuo aplinkybių galimi laikini valgiaraščio neatitikimai.
- Patiekaluose esantys alergenai pažymėti atskirame lape.

Vyriausioji virėja



Živilė Šidlauskienė



TVIRTINU
Direktore
Roma Raškevičienė
2025-08-31

3 savaitė penktadienis
Požymis: 6-10 metų. Porcija 1 žmogui

Pusryčiai 9.40 – 9.55

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Tiršta miežinių kruopų košė (tausojantis)	R09/1B	220	7,43	7,15	35,59	228,87
Morkų lazdelės (augalinis)	L091A	50	0,50	0,10	4,35	15,50
Nesaldinta juodoji arbata su citrina	G01/1B	206/0	0,04	0,02	0,55	1,86
Dž. ananasai	VPZ37	50	1,15	0,00	41,00	177,50
Viso			9,12	7,27	81,49	423,73

Pietūs 1 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Morkų sriuba su lęšiais (augalinis)	S17/1B	150	1,06	6,26	15,57	132,13
Troškinti kopūstai su pomidorų padažu (augalinis)	D08/1A	100	1,62	2,19	8,20	51,13
Kiaulienos kukulis su ryžiais	J25/1A	60	9,60	11,85	12,51	142,48
Bulvių košė	D01/2B	100	2,98	3,19	21,07	123,89
Šviežių daržovių salotos (augalinis)	L13/1C	80	0,84	4,22	4,60	54,62
Aisbergo salotos su agurkais, pomidorais ir paprika (augalinis)	L08/1A	100	1,14	2,28	3,52	33,48
Pomidorų padažas	P01/1B	30	0,75	0,0	6,54	28,50
geriamas vanduo su apelsinu	G02/4A	204	0,05	0,01	0,66	2,58
Bananas	VPZ26	130	1,56	0,39	30,03	115,70
Viso			19,59	30,38	102,70	684,51

Pietūs 2 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Morkų sriuba su lęšiais (augalinis)	S17/1B	150	1,06	6,26	15,57	132,13
Bulvių plokštainis	D92/1B	180	6,44	12,44	34,21	272,19
Grietinė (30% riebi.)	P10/1C	30	0,72	9,00	0,93	88,20
Šviežių daržovių salotos (augalinis)	L13/1C	80	0,84	4,22	4,60	54,62
Aisbergo salotos su agurkais, pomidorais ir paprika (augalinis)	L08/1A	100	1,14	2,28	3,52	33,48
geriamas vanduo su apelsinu	G02/4A	204	0,05	0,01	0,66	2,58
Bananas	VPZ26	130	1,56	0,39	30,03	115,70
Viso			11,80	34,60	89,53	698,90

Pietūs 3 variantas 10.30 – 12.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė
			Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeniai g	
Morkų sriuba su lęšiais (augalinis)	S17/1B	150	1,06	6,26	15,57	132,13
Kiaulienos kotletai (tausojantis)	J06/1A	100	18,03	29,41	8,29	266,86
Bulvių košė	D01/2A	80	2,39	2,55	16,86	99,11
Šviežių daržovių salotos (augalinis)	L13/1C	80	0,84	4,22	4,60	54,62
Aisbergo salotos su agurkais, pomidorais ir paprika (augalinis)	L08/1A	100	1,14	2,28	3,52	33,48
geriamas vanduo su apelsinu	G02/4A	204	0,05	0,01	0,66	2,58
Bananas	VPZ26	130	1,56	0,39	30,03	115,70
Viso			25,06	45,12	79,54	704,48
Iš viso			65,57	117,37	353,26	2511,63

Mokiniams gaunantiems nemokamą maitinimą papildomai skiriama:
Sūrio lazdelės.

- Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti vandens.
- Priklausomai nuo aplinkybių galimi laikini valgiaraščio neatitikimai.
- Patiekaluose esantys alergenai pažymėti atskirame lape.