

KLAIPĖDOS STASIO ŠIMKAUS KONSERVATORIJOS

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

I-1

PUSRYČIAI I gr. 7:45-8:35. II gr. 8:45-9:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliav.	
Varškė(9proc.)su grietine ir uogiene	PP1	90/30/20	16,09	17,14	1,87	226,10
Batonas su sėlenomis	D2	40	3,52	0,60	21,64	106,04
Nesaldinta žolelių arbata	G1	200	0,0	0,0	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai	V8	120	1,62	0,18	21,06	92,34
Iš viso			21,23	17,92	44,57	424,48

PIETŪS I gr. 11:35-11:55. II gr. 12:40-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliav.	
Burokėlių sriuba (tausojantis)	SR1	150/10	1,23	3,14	8,68	67,90
Orkaitėje kepti jautienos kukulia su ryžiais ir trošk.kopūstais(tausojantis)	KJ1	80/100	34,57	25,75	22,6	425,39
Virtos bulvės(augalinis,tausojantis)	Gr 4	100	5,33	3,30	29,31	168,29
Ruginė duona	D1	30	1,92	0,57	13,29	65,97
Stalo vanduo	G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso			43,05	32,76	73,88	727,55

PAVAKARIAI I gr. 13:45-14:30. II gr. 14:40-15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliav.	
Avižinių dribsnių košė(tausojantis)	M1	250	16,10	18,16	57,25	456,84
Trintos uogos	Šp3	30	2,7	0,6	4,69	34,96
Pienas	PP2	150	5,1	6,82	7,35	111,18
Iš viso			23,90	25,58	69,29	602,98
Iš viso (dienos davinio)			88,18	76,23	187,74	1755,01

Parengė Laima Paškevičienė

UAB Biskvitas gamybos vadovė



Direktorė
Renata Krikščiūnaitė-
Barcevičienė



KLAIPĖDOS STASIO ŠIMKAUS KONSERVATORIJOS MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

I-2

PUSRYČIAI I gr. 7:45-8:35. II gr. 8:45-9:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliav.	
Griekių košė(tausojantis)	Gr1	300	10,6	5,2	49,4	286,8
Grietinės padažas	KP1	30	0,48	7,60	0,60	72,72
Keptas obuolys(augalinis,tausojantis)	V5	80	1,5	0,13	21,5	93,17
Nesaldinta juodoji arbata	G1	200	0,0	0,0	0,00	0,00
Iš viso			12,58	12,93	71,50	452,69

PIETŪS I gr. 11:35-11:55. II gr. 12:40-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliav.	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantiS)	Sr2	150/10	2,01	12,87	12,73	174,79
Troškinta vištiena su daržovėmis (tausojantis)	KV1	60/60	23,83	12,63	7,19	237,75
Virti plikyti ryžiai(augalinis,tausojantis)	Gr2	120	2,8	3,4	28,56	156,04
Švž.morkų salotos su saulėgrąžomis ir aliejiniu užpilu(augalinis)	S2	80	1,67	8,7	11,62	131,46
Ruginė duona	D1	20	1,48	0,26	10,26	49,30
Stalo vanduo	G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso			31,79	37,86	70,36	749,34

PAVAKARIAI I gr. 13:45-14:30. II gr. 14:40-15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliav.	
Blynėliai su dešrele ir sūriu	M3	200	10,2	17,55	46,43	384,47
Jogurtinis padažas	ŠP2	40	4,34	2,1	6,5	62,26
Kefyras	PP3	150	5,1	3,75	7,35	83,55
Iš viso			19,64	13,40	60,28	530,28
Iš viso (dienos davinio)			54,01	64,19	202,14	1732,31

Parengė

Laima Paškevičienė

UAB Biskvitas gamybos vadovė



Direktorė
Renata Krikščiūnaitė-
Barcevičienė



KLAIPĖDOS STASIO ŠIMKAUS KONSERVATORIJOS

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

I-3

PUSRYČIAI I gr. 7:45-8:35. II gr. 8:45-9:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliav.	
Omletas(tausojantis)	M3	120	14,81	14,70	13,11	243,95
Jogurtinis padažas	Šp2	40	4,34	2,1	6,5	62,26
Pilno grūdo duona(skrudinta)	D2	40	3,52	0,6	17,12	87,96
Nesaldinta čiobrelių arbata	G5	200	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai(augalinis)	V/8	120	0,48	0,48	15,6	68,64
			23,15	17,88	52,33	462,81

PIETŪS I gr. 11:35-11:55. II gr. 12:40-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliav.	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis)	SR3	150	2,3	8,03	28,04	193,63
Plovav su kalakutiena(tausojantis)	KP 4	220	30,46	25,62	36,35	457,82
Šviežios sezoninės daržovės(augalinis)	S1,2	80	1,00	0,2	2,8	17,00
Stalo vanduo	G1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
			33,76	33,85	67,19	668,45

PAVAKARIAI I gr. 13:45-14:30. II gr. 14:40-15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliav.	
Mieliniai blynai	K/7	180	14,18	27,02	73,78	595,02
Bananų ir uogų tyrė	ŠP5	30	1,61	1,71	12,34	71,19
Pienas	PP2	150	5,1	4,95	7,35	94,35
Iš viso			20,89	33,68	81,47	760,56
Iš viso (dienos davinio)			77,80	85,41	200,99	1891,82

Parengė

Laima Paškevičienė

UAB Biskvitas gamybos vadovė

Direktorė
Renata Krikščiūnaitė-
Barcevičienė

Paragauk - juk tai daugiau negu tikėjaisi.

KLAIPĖDOS STASIO ŠIMKAUS KONSERVATORIJOS MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

I-4

PUSRYČIAI I gr. 7:45-8:35. II gr. 8:45-9:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliav.	
Virti makaronai(augalinis,tausojantis)	Gr3	200	6,91	11,87	62,65	385,07
Fermentinis sūris	PP2	30	8,64	8,4	0,03	110,28
Sezoniniai vaisiai	V8	120	0,48	0,48	15,6	68,64
Nesaldinta kmyņu arbata	G7	200	0,0	0,0	0,00	0,00
			16,03	20,75	78,28	563,99

PIETŪS I gr. 11:35-11:55. II gr. 12:40-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliav.	
Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis)	SR 5	150	4,23	3,33	18,47	120,77
Žuvies maltinis su sviestu	KŽ 1	75/10	11,63	24,87	7,38	379,87
Bulvių košė	Gr5	150	2,59	4,46	23,37	143,98
Burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi	S 4	100	0,51	2,45	22,62	114,57
Duona	d1	20	1,48	0,32	8,56	43,04
Stalo vanduo	G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
			20,44	35,43	80,40	802,23

PAVAKARIAI I gr. 13:45-14:30. II gr. 14:40-15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliav.	
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir grietininiu padažu	K2/Kp1	200/30	6,86	23,57	49,41	427,21
Kefyras	PP3	150	5,1	3,75	7,35	83,55
Iš viso			11,96	27,32	56,76	510,76
Iš viso (dienos davinio)			48,43	83,50	215,44	1876,98

Parengė Laima Paškevičienė

UAB Biskvitas gamybos vadovė



Direktorė
**Renata Kriksčiūnaitė-
Barcevičienė**



KLAIPĖDOS STASIO ŠIMKAUS KONSERVATORIJOS

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

I-5

PUSRYČIAI I gr. 7:45-8:35. II gr. 8:45-9:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliav.	
Tiršta manų košė su ir sviestu(tausojantis)	K1	300	12,43	6,98	53,80	327,74
Pienas 2,5	PP2	150	5,1	4,95	7,35	94,35
Sezoniniai vaisiai	V8	120	0,48	0,48	15,60	68,64
			18,01	12,41	76,75	490,73

PIETŪS I gr. 11:35-11:55. II gr. 12:40-13:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliav.	
Bulvienė su špinatais (tausojantis)	SR 6	150/10	3,67	9,38	15,58	161,42
Kiaulienos guliašas	KM 4	75/45	21,88	18,96	17,38	328,88
Virti makaronai(augalinis,tausojantis)	Gr3	150	3,4	4,8	5,25	77,80
Šviežių kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais(augalinis)	S 5	80	1,05	9,81	7,23	121,41
Pilno grūdo duona	D1	20	1,48	0,32	8,56	37,72
Stalo vanduo	G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
			31,48	43,27	54,00	727,23

PAVAKARIAI I gr. 13:45-14:30. II gr. 14:40-15:30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliav.	
Pupelių salotos su sūriu ir morkomis	ŠS1	120	12,35	26,9	40,3	452,70
Skrudinta duona	D1	40	2,96	0,64	17,12	75,44
Nesaldinta žolelių arbata	G1	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso			15,31	27,54	57,42	528,14
Iš viso (dienos davinio)			64,80	83,22	188,17	1746,10

Parengė

Laima Paškevičienė

UAB Biskvitas gamybos vadovė



Direktorė
Renata Krikščiūnaitė-
Barcevičienė

