VARĖNOS R. LIŠKIAVOS DAUGIAFUNKCIO CENTRO VAIKŲ POILSIO STOVYKLOS „VAIVORYKŠTĖ“

10 DIENŲ VALGIARAŠTIS

7-10 METŲ AMŽIAUS GRUPĖ

2018-04-03

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
VARĖNOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Įstaigos darbo laikas:
Nuo 8.00 iki 20.00 val.
Stovyklos metu – visą parą.

Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo 3 priedas

VALSTYBINĖS MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBOS
VARĖNOS VALSTYBINĖS MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBOS
(teritorinio padalinio pavadinimas)

VALGIARAŠČIO VERTINIMO PAŽYMA

2018 m. balandžio 3 d. Nr. VVP-5243

Varėnos r. Liškiavos daugiafunkcio centro vaikų poilsio stovyklos „Vaivorykštė“, Mokyklos g. 3, Vilkiautinio k., Merkinės sen., Varėnos r.
(vaikų ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos arba vaikų poilsio stovyklos pavadinimas, adresas)
Varėnos r. Liškiavos daugiafunkcis centras , Mokyklos g. 3, Vilkiautinio k., Merkinės sen., Varėnos r.
(valgiarašti teikiančios derinti įmonės arba įstaigos pavadinimas, adresas)

Įvertintas 7 - 10 metų vaikų amžiaus grupės
(1–3 m.; 4–7 m.; 6–10 m.; 11 m. ir vyresni ir kt.) (įrašyti tinkamą)

pusryčių / priešpiečių / pietų / pavakarių / vakarienės valgiaraštis.
(nereikalingą išbraukti)

Nustatytos neatitiktys (teisės akto pavadinimas, straipsnis, dalis, punktas, papunktis ar kt.): Neatitikimų nenustatyta.

Vertinimo išvada: suderinta / ~~nesuderinta~~
(nereikalingą išbraukti)

Vertinimą atliko:

Viršininkas _____ Donatas Jonauskas
(parašas) (vardas ir pavardė)

Vyr. specialistas – maisto produktų inspektorius _____ Ilona Stramkauskienė
(vertinimą atlikusio asmens pareigos) (parašas) (vardas ir pavardė)

1 diena

2013-04-03

TVIRTINU
Direktorė
Vita Barčauskienė

VARĖNOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Omletas	90A	80	7,73	12,04	4,39	156,77
Duona	1Š	40	2,96	0,52	20,52	86,80
Pomidorai	45S	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Aviečių arbata	1Gėr	200	0,00	0,00	9,98	39,50
Traputis *(ryžiai, sezamo sėklos, juodota druska)* su uogiene	8Š	1v/20	1,04	0,44	18,20	75,90
		Iš viso:	**12,23**	**13,10**	**55,14**	**367,47**

Pietūs 12.30 val.

Vištienos sriuba su makaronais	36Pat	250	10,06	3,05	18,59	135,54
Kiaulienos kepsnys *(muštas kiaulienos nugarinės patiekalas)*	8A	50	10,98	11,80	3,44	164,84
Biri ryžių kruopų košė	5Gar	75	1,92	3,51	20,74	117,51
Salotos "Ekstra" *(morkos, obuoliai, kopūstai, agurkai, svogūnai, majonezas)*	40S	50	1,05	3,35	3,70	44,75
Duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40
Šviežių obuolių kompotas	12Gėr	200	0,23	0,20	16,10	63,80
Vaisiai		80	1,22	0,48	22,30	89,60
		Iš viso:	**26,94**	**22,65**	**95,13**	**659,44**

Pavakariai 15.30 val.

Sausi pusryčiai *(kukurūzų dribsniai su medumi)* su pienu	25Š(D)	150 (37,5 / 112,5)	7,65	4,13	34,76	207,00
Traputis *(ryžiai, sezamo sėklos, juodota druska)*	8Š	1vnt.	0,84	0,24	8,20	36,90
		Iš viso:	**8,49**	**4,37**	**42,96**	**243,90**

Vakarienė 19.30 val.

Kepti varškėčiai	83A	100	16,76	13,91	20,05	271,31
Uogienė	15P	10	0,03	0,00	7,09	27,10
Mėtų arbata	1Gėr	200	0,00	0,00	9,98	39,50
Kepti obuoliai	12Š	80	0,38	0,38	20,46	82,48
		Iš viso:	**17,17**	**14,29**	**57,58**	**420,39**
		Iš viso dienos davinio:	**64,83**	**54,41**	**250,81**	**1691,20**

2 diena

2013-04-23

VARĖNOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

TVIRTINU
Direktorė
Vita Barišauskienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai	83A	100	13,52	6,61	26,39	217,80
Grietinė *(30%)*	14Pad	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Vaisiai		80	1,22	0,48	22,30	89,60
Juodoji arbata su citrina	2Gėr	200	0,05	0,03	10,62	41,67
		Iš viso:	**15,27**	**13,12**	**59,93**	**407,67**

Pietūs 12.30 val.

Agurkų sriuba *(su grietine 30%)*	10Srb	250/10	2,69	8,23	17,45	149,80
Bulvių plokštainis su paukštienos file	47A	150 *(109/41)*	16,66	15,96	27,42	317,31
Grietinė *(30%)*	14Pad	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Džiovintų vaisių kompotas	11Gėr	200	0,97	0,19	28,20	111,35
Duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40
		Iš viso:	**21,92**	**26,14**	**83,49**	**636,51**

Pavakariai 15.30 val.

Jogurtas	20Gėr(D)	100	3,00	2,50	15,80	96,00
Kepti obuoliai įdaryti varške	11Š	100	6,46	4,05	23,00	150,63
		Iš viso:	**9,46**	**6,55**	**38,80**	**246,63**

Vakarienė 19.30 val.

Maltas kiaulienos šnicelis	10A	75	15,87	14,64	6,35	229,34
Bulvių košė su pienu	4Gar	100	2,30	0,47	17,03	80,60
Pomidorai	45S	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Melisos arbata su medumi	1Gėr	200	0,03		9,98	32,40
Vaisiai		50	0,76	0,30	13,94	56,00
		Iš viso:	**19,46**	**15,51**	**49,35**	**406,84**
		Iš viso dienos davinio:	**66,11**	**61,32**	**231,57**	**1697,65**

3 diena

2018-04-03

TVIRTINU
Direktorė
Vita Barišauskienė

VARĖNOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Tiršta manų kruopų košė	93A	150	5,95	2,21	28,36	160,80
Uogienė	15P	20	0,06	0,00	14,18	54,20
Sumuštinis su fermentiniu sūriu ir sviestu *(82 %)*	4Š	0,5v/5/10	5,67	7,59	10,31	126,00
Melisos arbata	1Gėr	200	0,00	0,00	9,98	39,50
		Iš viso:	**11,68**	**9,80**	**62,83**	**380,50**

Pietūs 12.30 val.

Šviežių daržovių sriuba *(su grietine 30 %)*	11Srb	250/10	2,59	8,19	15,79	140,20
Troškinta kalakutiena	32A	50/20	13,78	8,79	1,78	139,85
Bulvių košė su pienu	4Gar	100	2,30	0,47	17,03	80,60
Pekino salotos su agurkais *(obuoliais, porais ir aliejumi)*	23S	50	0,54	4,93	2,21	52,04
Sultys		200	0,76	0,10	24,76	105,00
Duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40
Vaisiai		100	1,52	0,60	27,88	112,00
		Iš viso:	**22,97**	**23,34**	**99,71**	**673,09**

Pavakariai 15.30 val.

Kefyras *(2,5 %)*	Gėr19(D)	100	3,40	2,50	4,90	60,00
Virtos bulvės	1Gar	100	2,06	0,10	18,85	83,43
Mėtų arbata	1Gėr	200	0,00	0,00	9,98	39,50
Sausainiai		15	0,83	2,36	7,49	59,14
		Iš viso:	**6,29**	**4,96**	**41,22**	**242,07**

Vakarienė 19.30 val.

Varškės apkepas su razinomis	86A	130	19,29	11,61	24,69	280,52
Saldus grietinės *(30 %)* padažas	5P	30	0,37	4,59	10,57	84,00
Aviečių arbata	1Gėr	200	0,00	0,00	9,98	39,50
		Iš viso:	**19,66**	**16,20**	**45,24**	**404,02**
		Iš viso dienos davinio:	**60,60**	**54,30**	**249,00**	**1699,68**

4 diena

2018-04-23 TVIRTINU Direktorė Vita Barišauskienė

VARĖNOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Tiršta ryžių košė su razinomis	96A	150	4,56	2,21	38,19	184,36
Sviestas *(82 %)*	16P	5	0,04	4,13	0,04	37,20
Varškė su uogiene	487/81 PrM	50/10	8,55	4,59	7,75	106,66
Batonas	1Š	15	1,19	0,67	7,79	41,40
Melisos arbata	1Gėr	200	0,00	0,00	9,98	39,50
		Iš viso:	**14,34**	**11,60**	**63,75**	**409,12**

Pietūs 12.30 val.

Barščių sriuba su bulvėmis *(su grietine 30 %)*	1Srb	250/10	2,47	8,17	18,62	150,87
Žuvies šnicelis *(maltos žuvies patiekalas)*	45A	75	14,72	12,46	6,35	194,41
Biri grikių kruopų košė	7Gar	50	3,03	2,74	16,64	101,44
Šviežių daržovių salotos *(kopūstai, agurkai pomidorai, svogūnai, aliejus)*	7Pat/2011	50	0,72	2,06	2,08	29,52
Duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40
Šviežių kaulavaisių kompotas	14Gėr	200	0,44	0,13	16,51	64,41
Vaisiai		50	0,76	0,30	13,94	56,00
		Iš viso:	**23,62**	**26,12**	**84,40**	**640,05**

Pavakariai 15.30 val.

Traputis *(ryžiai, sezamo sėklos, juodota druska)* su uogiene	8Š	1v/20	1,04	0,44	18,20	75,90
Ramunėlių arbata	1Gėr	200	0,00	0,00	9,98	39,50
Jogurtas	20Gėr(D)	100	3,00	2,50	15,80	96,00
		Iš viso:	**4,04**	**2,94**	**43,98**	**211,40**

Vakarienė 19.30 val.

Virtų bulvių cepelinai su kiauliena	54A	100(1vnt. 70/30)	8,25	5,91	21,25	168,31
Sviesto *(82 %)* -grietinės *(30 %)* padažas	3Pad	10	0,16	5,80	0,20	53,41
Žalių žirnelių salotos	50S	40	1,40	2,67	5,25	45,14
Sultys		200	0,76	0,10	24,76	105,00
		Iš viso:	**10,57**	**14,48**	**51,46**	**371,86**
		Iš viso dienos davinio:	**52,57**	**55,14**	**243,59**	**1632,43**

TVIRTINU
Direktorė
Vita Barišauskienė
2018-04-03
VARĖNOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

5 diena

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės apkepas	85A	100	14,95	9,08	17,83	214,36
Saldus grietinės *(30 %)* padažas	5P	30	0,37	4,59	10,57	84,00
Melisos arbata	1Gėr	200	0,00	0,00	9,98	39,50
Traputis *(ryžiai, sezamo sėklos, juodota druska)*	8Š	1vnt.	0,84	0,24	8,20	36,90
		Iš viso:	**16,16**	**13,91**	**46,58**	**374,76**

Pietūs 12.30 val.

Pupelių sriuba	13Srb	250	5,81	5,41	22,92	149,30
Tarkuotų bulvių cepelinai su mėsa	49A	200 2vnt.30/70	13,58	8,36	15,54	307,74
Sviesto *(82 %)*-grietinės *(30 %)* padažas	3Pad	20	0,32	11,60	0,40	106,81
Marinuoti agurkai	46S	50	1,40	0,00	0,65	8,00
Duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40
Šviežių obuolių ir kriaušių kompotas	13Gėr	200	0,23	0,18	16,18	63,60
		Iš viso:	**22,82**	**25,81**	**65,95**	**678,85**

Pavakariai 15.30 val.

Džiovintų vaisių sriuba *(su grietine 30 %)*	28Srb	250/10	2,20	3,23	41,50	197,16
Traputis *(ryžiai, sezamo sėklos, juodota druska)*	8Š	1vnt.	0,84	0,24	8,20	36,90
		Iš viso:	**3,04**	**3,47**	**49,70**	**234,06**

Vakarienė 19.30 val.

Kiaulienos-grikių troškinys	4A	50/50	16,86	13,36	16,73	251,9
Burokėlių salotos su aliejumi	44Pat/ 2003	50	0,95	2,21	4,97	38,44
Vaisiai		50	0,76	0,30	13,94	56,00
Kmynų arbata	4Gėr	200	0,59	0,44	11,48	49,49
		Iš viso:	**19,16**	**16,31**	**47,12**	**395,83**
		Iš viso dienos davinio:	**61,18**	**59,50**	**209,35**	**1683,50**

TVIRTINU
Direktorė
Vita Barišauskienė

6 diena

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Keptas žuvis	41A	50	9,99	6,27	1,86	103,11
Sviesto *(82 %)* -grietinės *(30 %)* padažas	3Pad	10	0,16	5,80	0,20	53,41
Virti makaronai	8Gar	75	2,86	2,56	19,92	116,56
Pomidorai	45S	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Kmynų arbata	4Gėr	200	0,59	0,44	11,48	49,49
Vaisiai		80	1,22	0,48	22,30	89,60
		Iš viso:	**15,32**	**15,65**	**57,81**	**420,67**

Pietūs 12.30 val.

Makaronų sriuba su bulvėmis	15Srb	250	2,43	5,14	19,37	130,30
Balandėliai su kiauliena *(kopūstų patiekalas su kiaulienos-ryžių įdaru ir padažu)*	64A	100/20 (1vnt. 45/55/20)	9,58	11,79	9,81	177,06
Virtos bulvės	2Gar	50	1,01	1,50	9,15	53,52
Salotos "Ekstra" *(morkos, obuoliai, kopūstai, agurkai, svogūnai, majonezas)*	40S	50	0,53	3,35	3,69	44,75
Duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40
Razinų kompotas	8Gėr	200	0,75	0,19	28,73	112,60
Vaisiai		50	1,14	0,45	20,91	56,00
		Iš viso:	**16,92**	**22,68**	**101,92**	**617,63**

Pavakariai 15.30 val.

Sausi pusryčiai *(kukurūzų dribsniai su medumi)* su pienu	25Š(D)	150 (37,5 / 112,5)	7,65	4,13	34,76	207,00
Traputis *(ryžiai, sezamo sėklos, juodota druska)*	8Š	1vnt.	0,84	0,24	8,20	36,90
		Iš viso:	**8,49**	**4,37**	**42,96**	**243,90**

Vakarienė 19.30 val.

Varškės spygliukai	88A	100	12,00	6,69	21,07	193,09
Saldus grietinės *(30 %)* padažas	5P	20	0,28	3,06	7,95	59,11
Sumuštinis su kiaušiniu *(balta duona, sviestas 82 %, kiaušinis)*	5Š	0,5v/20/5	3,69	6,65	12,38	120,58
Juodoji arbata su citrina	2Gėr	200	0,05	0,03	10,62	41,67
		Iš viso:	**16,02**	**16,43**	**52,02**	**414,45**
		Iš viso dienos davinio:	**56,75**	**59,13**	**254,71**	**1696,65**

7 diena

2018-04-03

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA
VARĖNOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

TVIRTINU
Direktorė
Vita Barišauskienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Tiršta avižinių kruopų košė	98A(D)	150	7,39	7,37	26,35	194,55
Uogienė	15P	10	0,03	0,00	7,09	27,00
Sumuštinis su sviestu *(82 %)*	2Š	0,5v/5	1,23	4,31	12,24	89,18
Kakava su pienu	5Gėr	200	4,24	3,35	16,68	108,10
		Iš viso:	**12,89**	**15,03**	**62,36**	**418,83**

Pietūs 12.30 val.

Rūgštynių sriuba *(su grietine 30% ir kiaušiniu)*	9Srb	250/10/10	3,50	9,54	16,45	159,22
Pukučiai *(paukštienos kukuliai)*	38A	75	15,83	9,64	10,17	188,42
Biri perlinių kruopų košė	6Gar	50	1,62	2,30	12,41	72,96
Burokėlių salotos su aliejumi	44Pat/ 2003	50	0,75	2,06	4,47	35,11
Duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40
Šviežių kriaušių kompotas	20Gėr	200	0,23	0,16	16,26	63,40
Vaisiai		80	1,22	0,48	22,30	89,60
		Iš viso:	**24,63**	**24,44**	**92,32**	**652,11**

Pavakariai 15.30 val.

Kepta žuvis tešloje	25Š	50	7,77	8,44	8,22	138,41
Pomidorai	45S	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40
Vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
		Iš viso:	**9,75**	**8,80**	**20,53**	**190,31**

Vakarienė 19.30 val.

Dubenėliai *(tarkuotų bulvių patiekalas)*	53A	150	5,10	0,26	46,67	206,57
Sviesto *(82%)* - grietinės *(30%)* padažas	3P	15	0,24	8,70	0,30	80,11
Kefyras	Gėr19	200	6,80	5,00	9,80	120,00
		Iš viso:	**12,14**	**13,96**	**56,77**	**406,68**
		Iš viso dienos davinio:	**59,41**	**62,23**	**231,98**	**1667,93**

8 diena

2018-04-03 TVIRTINU Direktorė Vita Barišauskienė

VARĖNOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Tiršta grikių kruopų košė	95A	150	7,28	3,04	29,66	172,88
Sviestas *(82 %)*	16P	5	0,04	4,13	0,04	37,20
Virti kiaušiniai su ž.žirneliais ir majonezu	15Š	50	4,08	5,47	3,10	75,14
Duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40
Kmynų arbata	4Gėr	200	0,59	0,44	11,48	49,49
		Iš viso:	**13,47**	**13,34**	**54,54**	**378,11**

Pietūs 12.30 val.

Lietuviški šaltibarščiai *(su bulvėmis, grietine 30 % ir kiaušiniu)*	4Srb	250/50/10/10	7,78	7,43	21,63	184,12
Keptos paukštienos šlaunelės	34A	75	18,09	14,39	0,51	203,83
Biri ryžių kruopų košė	5Gar	75	1,92	3,51	20,74	117,51
Pomidorai	45S	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Vaisiai		50	0,76	0,30	13,94	56,00
Sultys		200	0,76	0,10	24,76	105,00
		Iš viso:	**29,81**	**25,83**	**83,63**	**674,96**

Pavakariai 15.30 val.

Kepti obuoliai	12Š	100	0,48	0,48	25,58	103,10
Aviečių arbata	1Gėr	200	0,00	0,00	9,98	39,50
Sausainiai		20	1,10	3,15	9,99	78,85
		Iš viso:	**1,58**	**3,63**	**45,55**	**221,45**

Vakarienė 19.30 val.

Kiaulienos kotletas	31A	75	12,80	13,60	13,33	224,52
Virtos bulvės	1Gar	75	1,55	0,08	14,14	62,57
Žali žirneliai	49S	40	1,96	0,08	6,32	25,60
Mėtų arbata	1Gėr	200	0,00	0,00	9,98	39,50
Vaisiai		50	0,76	0,30	13,94	56,00
		Iš viso:	**17,07**	**14,06**	**57,71**	**408,19**
		Iš viso dienos davinio:	**61,93**	**56,86**	**241,43**	**1682,71**

9 diena

TVIRTINU
Direktorė
Vita Barišauskienė

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Varškės apkepas	85A	100	14,95	9,08	17,83	214,36
Saldus grietinės *(30 %)* padažas	5P	30	0,37	4,59	10,57	84,00
Melisos arbata	1Gėr	200	0,00	0,00	9,98	39,50
Traputis *(ryžiai, sezamo sėklos, juodota druska)*	8Š	1vnt.	0,84	0,24	8,20	36,90
		Iš viso:	**16,16**	**13,91**	**46,58**	**374,76**

Pietūs 12.30 val.

Žirnių sriuba su bulvėmis	13Srb	250	5,73	5,35	22,54	151,30
Tarkuotų bulvių cepelinai su mėsa	49A	200 2vnt.30/70	13,58	8,36	15,54	307,74
Sviesto *(82 %)*-grietinės *(30 %)* padažas	3Pad	20	0,32	11,60	0,40	106,81
Marinuoti agurkai	46S	40	1,12	0,00	0,52	6,40
Duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40
Šviežių obuolių ir kriaušių kompotas	13Gėr	200	0,23	0,18	16,18	63,60
		Iš viso:	**22,46**	**25,75**	**65,44**	**679,25**

Pavakariai 15.30 val.

Džiovintų vaisių sriuba *(su grietine 30 %)*	28Srb	250/10	2,20	3,23	41,50	197,16
Traputis *(ryžiai, sezamo sėklos, juodota druska)*	8Š	1vnt.	0,84	0,24	8,20	36,90
		Iš viso:	**3,04**	**3,47**	**49,70**	**234,06**

Vakarienė 19.30 val.

Kiaulienos - daržovių troškinys *(tausojantis)*	2A	75/75	22,44	14,60	12,26	267,47
Agurkai	44S	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Vaisiai		50	0,76	0,15	13,94	56,00
Kmynų arbata	4Gėr	200	0,59	0,44	11,48	49,49
		Iš viso:	**24,19**	**15,29**	**38,83**	**378,46**
		Iš viso dienos davinio:	**65,85**	**58,42**	**200,55**	**1666,53**

2018-04-03 TVIRTINU
Direktorė
Vita Barišauskienė

VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA VARĖNOS VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS VETERINARIJOS TAMYBA

10 diena

Pusryčiai 8.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Skryliai	67A	100	5,43	2,69	33,28	175,98
Saldus grietinės *(30 %)* padažas	5Pad	20	0,28	3,06	7,95	59,11
Melisos arbata	1Gėr	200	0,00	0,00	9,98	39,50
Traputis *(ryžiai, sezamo sėklos, juodota druska)* su sūriu *(45 %)*	8Š	1v/15	7,07	5,04	8,22	105,00
		Iš viso:	**12,78**	**10,79**	**59,43**	**379,59**

Pietūs 12.30 val.

Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis *(su grietine 30%)*	6Srb	250/10	2,46	8,24	14,17	132,88
Kalakutienos guliašas	1A	50/30	14,08	9,13	3,55	150,67
Biri grikių kruopų košė	7Gar	75	4,53	4,11	24,96	152,16
Morkų salotos su česnaku *(su majonezu)*	11S	50	0,53	2,53	4,39	38,48
Duona	1Š	20	1,48	0,26	10,26	43,40
Sultys		200	0,76	0,10	24,76	105,00
Vaisiai		50	0,76	0,30	13,94	42,00
		Iš viso:	**24,60**	**24,67**	**96,03**	**664,59**

Pavakariai 15.30 val.

Sumuštinis su sviestu *(82 %)* ir sūriu *(45 %)*	4Š	0,5v/5/10	5,67	7,59	10,31	126,00
Ramunėlių arbata	1Gėr	200	0,00	0,00	9,98	39,00
Vaisiai		50	0,76	0,30	13,94	42,00
		Iš viso:	**6,43**	**7,89**	**34,23**	**207,00**

Vakarienė 19.30 val.

Bulviniai blynai	52A	100	3,00	10,66	22,00	193,14
Grietinė *(30%)*	14P	10	0,24	3,00	0,31	29,30
Kefyras *(2,5%)*	Gėr19(D)	100	3,40	2,50	4,90	60,00
Traputis *(ryžiai, sezamo sėklos, juodota druska)* su medumi	8Š	1v/15	0,89	0,24	20,46	85,50
		Iš viso:	**7,53**	**16,40**	**47,67**	**367,94**
		Iš viso dienos davinio:	**51,34**	**59,75**	**237,36**	**1619,12**

Energetinė vertė

Pavadinimas	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kalorijos
1 diena	64,83	54,41	250,81	1691,20
2 diena	66,11	61,32	231,57	1697,65
3 diena	60,60	54,30	249,00	1699,68
4 diena	52,57	55,14	243,59	1632,43
5 diena	61,18	59,50	209,35	1683,50
6 diena	56,75	59,13	254,71	1696,65
7 diena	59,41	62,23	231,98	1667,93
8 diena	61,93	56,86	241,43	1682,71
9 diena	65,85	58,42	200,55	1666,53
10 diena	51,34	59,75	237,36	1619,12

10 dienų suma	**600,55**	**581,06**	**2350,35**	**16737,40**
10 dienų vidurkis	**60,06**	**58,11**	**235,04**	**1673,74**