



Dirėktore

Jolita Velžiene

KAUNO R. KULAUTUVOS PAGRINDINĖS MOKYKLOS BATNIAVOS SKYRIUS
Mokyklos g. 4, Bubių k., Batniavos sen., Kauno r. LT-54188

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

Amžiaus grupė 7-10 m.

Įstaigos darbo laikas:

7.00-17.30 val.

Batniava, 2023 m.



1 savaitė 1 diena

Pietūs 10.35 val.

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros nr. | Išėiga (g) | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | |
|--|----------------|------------|------------------------------|--------------|---------------------|------------------|
| | | | Baltymai (g) | Riebalai (g) | Angliavandeniai (g) | Kalorijos (kcal) |
| Šviežių/ raugintų kopūstų sriuba (A) (T) | S-0001-1 | 150 | 2,63 | 4,27 | 17,95 | 110,12 |
| Grietinė (30%)* | P-0003-1 | 5 | 0,11 | 1,5 | 0,17 | 14,6 |
| Juoda duona | P-0004-1 | 30 | 1,54 | 0,26 | 9,2 | 49,8 |
| Orkaitėje kepti vištienos filė kukuliai (T) | VKM-0001-1 | 100 | 20,71 | 13,91 | 7,17 | 233,95 |
| Bulvių košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (T) | D-0001-1 | 100 | 2,25 | 3,78 | 16,18 | 106,76 |
| Baltasis padažas su morkomis (T) | PD-0001-1 | 30 | 14,31 | 2,71 | 1,78 | 34,75 |
| Šviežių daržovių asorti (A) | P-0002-2 | 100 | 1,2 | 0,24 | 10,44 | 37,2 |
| Vanduo su citrina | G-0002-1 | 150 | 0,04 | 0,01 | 0,32 | 0,6 |
| Iš viso: | | | 42,79 | 26,68 | 63,21 | 587,78 |

1 savaitė 2 diena

Pietūs 10.35 val.

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros nr. | Išėiga (g) | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | |
|-------------------------------|----------------|------------|------------------------------|--------------|---------------------|------------------|
| | | | Baltymai (g) | Riebalai (g) | Angliavandeniai (g) | Kalorijos (kcal) |
| Žirnių sriuba (A) (T) | S-0002-1 | 150 | 5,91 | 4,35 | 16,47 | 146,67 |
| Grietinė (30%)* | P-0003-1 | 5 | 0,11 | 1,5 | 0,17 | 14,6 |
| Juoda duona | P-0004-1 | 30 | 1,54 | 0,26 | 9,2 | 49,8 |
| Ryžių plovai su kiauliena (T) | KM-0001-1 | 150(75/75) | 22,91 | 19,49 | 21,3 | 346,58 |
| Šviežių daržovių asorti (A) | P-0002-1 | 100 | 1 | 0,2 | 8,7 | 31 |
| Vanduo su uogomis | G-0002-1 | 150 | 0,1 | 0 | 1 | 4,6 |
| Iš viso: | | | 31,57 | 25,8 | 56,84 | 593,25 |

A-patiekalas pagamintas tik augalinės kilmės produktų

T-patiekalas pagamintas tausojančiu būdu

*Tiekama pasirinktinai



1 savaitė 3 diena

Pietūs 10.35 val.

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros nr. | Išėiga (g) | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | |
|--|----------------|------------|------------------------------|--------------|---------------------|------------------|
| | | | Baltymai (g) | Riebalai (g) | Angliavandeniai (g) | Kalorijos (kcal) |
| Burokėlių sriuba (A) (T) | S-0003-1 | 150 | 1,85 | 4,16 | 15,4 | 98,81 |
| Grietinė (30%)* | P-0003-1 | 5 | 0,11 | 1,5 | 0,17 | 14,6 |
| Juoda duona | P-0004-1 | 30 | 1,54 | 0,26 | 9,2 | 49,8 |
| Troškinti jautienos kotletai su raudonu padažu (T) | JM-0001-1 | 100/50 | 20,56 | 20,24 | 22,23 | 337,55 |
| Virtos bulvės (A) (T) | D-0002-1 | 100 | 2,1 | 0,1 | 19,21 | 85,05 |
| Šviežių daržovių asorti (A) | P-0002-1 | 100 | 1 | 0,2 | 8,7 | 31 |
| Vanduo su citrina | G-0002-1 | 150 | 0,04 | 0,01 | 0,32 | 0,6 |
| Iš viso: | | | 27,2 | 26,47 | 75,23 | 617,41 |

1 savaitė 4 diena

Pietūs 10.35 val.

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros nr. | Išėiga (g) | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | |
|---|----------------|------------|------------------------------|--------------|---------------------|------------------|
| | | | Baltymai (g) | Riebalai (g) | Angliavandeniai (g) | Kalorijos (kcal) |
| Miežinių kruopų ir daržovių sriuba (A) (T) | S-0004-1 | 150 | 2,85 | 4,29 | 18,56 | 100,71 |
| Grietinė (30%)* | P-0003-1 | 5 | 0,11 | 1,5 | 0,17 | 14,6 |
| Juoda duona | P-0004-1 | 30 | 1,54 | 0,26 | 9,2 | 49,8 |
| Orkaitėje kepta kalakutienos šlaunelių mėsa (T) | VKM-0002-1 | 100/40 | 27,57 | 17,59 | 3,56 | 279,7 |
| Biri ryžių kruopų košė su aliejumi (A) (T) | K-0005-1 | 100/1 | 2,53 | 2,67 | 27,42 | 142,92 |
| Šviežių daržovių asorti (A) | P-0002-2 | 100 | 1,2 | 0,24 | 10,44 | 37,2 |
| Vanduo su uogomis | G-0002-1 | 150 | 0,1 | 0 | 1 | 4,6 |
| Iš viso: | | | 62,45 | 96,9 | 699,88 | 629,53 |

A-patiekalas pagamintas tik augalinės kilmės produktų

T-patiekalas pagamintas tausojančiu būdu

*Tiekama pasirinktinai

1 savaitė 5 diena

Pietūs 10.35 val.

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros nr. | Išeiga (g) | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | |
|---|----------------|------------|------------------------------|--------------|---------------------|------------------|
| | | | Baltymai (g) | Riebalai (g) | Angliavandeniai (g) | Kalorijos (kcal) |
| Pupelių sriuba (A) (T) | S-0005-1 | 150 | 5,99 | 4,41 | 16,85 | 144,66 |
| Grietinė (30%)* | P-0003-1 | 5 | 0,11 | 1,5 | 0,17 | 14,6 |
| Juoda duona | P-0004-1 | 30 | 1,54 | 0,26 | 9,2 | 49,8 |
| Orkaitėje kepti lydekos filė kotletai (T) | Ž-0001-1 | 100 | 18,28 | 14,32 | 17,84 | 270,46 |
| Baltasis padažas su morkomis (T) | PD-0001-1 | 20 | 14,31 | 2,71 | 1,78 | 34,75 |
| Bulvių košė žaliesiais žirneliais (T) | D-0001-1 | 100 | 2,25 | 3,78 | 16,18 | 157,98 |
| Šviežių daržovių asorti (A) | P-0002-1 | 100 | 1 | 0,2 | 8,7 | 31 |
| Vanduo su citrina | G-0002-1 | 150 | 0,04 | 0,01 | 0,32 | 0,6 |
| | | Iš viso: | 26,27 | 27,19 | 71,04 | 703,85 |

Direktorė Jolita Velžienė



A-patiekalas pagamintas tik augalinės kilmės produktų

T-patiekalas pagamintas tausojančiu būdu

*Tiekama pasirinktinai



2 savaitė 1 diena

Pietūs 10.35 val.

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros nr. | Išėiga (g) | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | |
|---|----------------|------------|------------------------------|--------------|---------------------|------------------|
| | | | Baltymai (g) | Riebalai (g) | Angliavandeniai (g) | Kalorijos (kcal) |
| Bulvių ir cukinijų sriuba su daržovėmis (A) (T) | S-0006-1 | 150 | 2,56 | 4,27 | 15,11 | 111,4 |
| Juoda duona | P-0004-1 | 30 | 1,54 | 0,26 | 9,2 | 49,8 |
| Orkaitėje kepti kalakutienos šlaunelių mėsos kukuliai (T) | VKM-0003-1 | 100 | 17,39 | 16,12 | 7,17 | 240,27 |
| Rausvasis padažas (T) | PD-0002-1 | 20 | 0,49 | 4,87 | 1,91 | 53,12 |
| Biri grikių kruopų košė su aliejumi (A) (T) | K-0008-1 | 100/2 | 5,99 | 3,03 | 32,92 | 180,05 |
| Šviežių daržovių asorti (A) | P-0002-1 | 100 | 1 | 0,2 | 8,7 | 31 |
| Vanduo su uogomis | G-0002-1 | 150 | 0,1 | 0 | 1 | 4,6 |
| | | Iš viso: | 29,07 | 28,75 | 76,01 | 670,24 |

2 savaitė 2 diena

Pietūs 10.35 val.

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros nr. | Išėiga (g) | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | |
|--|----------------|------------|------------------------------|--------------|---------------------|------------------|
| | | | Baltymai (g) | Riebalai (g) | Angliavandeniai (g) | Kalorijos (kcal) |
| Šviežių pomidorų sriuba su raudonaisiais lęšiais (A) (T) | S-0007-1 | 150 | 11,43 | 4,69 | 28,68 | 178,61 |
| Grietinė (30%)* | P-0003-1 | 5 | 0,11 | 1,5 | 0,17 | 14,6 |
| Juoda duona | P-0004-1 | 30 | 1,54 | 0,26 | 9,2 | 49,8 |
| Virti jautienos kukuliai (T) | JM-0002-1 | 100 | 20,03 | 19,17 | 17,92 | 309,72 |
| Baltasis padažas su morkomis (T) | PD-0001-1 | 20 | 14,31 | 2,71 | 1,78 | 34,75 |
| Virtos bulvės (A) (T) | D-0002-1 | 100 | 1,68 | 0,08 | 15,37 | 68,04 |
| Šviežių daržovių asorti (A) | P-0002-2 | 120 | 1,2 | 0,24 | 10,44 | 37,2 |
| Vanduo su citrina | G-0002-1 | 150 | 0,04 | 0,01 | 0,32 | 0,6 |
| | | Iš viso: | 50,34 | 28,66 | 83,88 | 693,32 |

A-patiekalas pagamintas tik augalinės kilmės produktų

T-patiekalas pagamintas tausojančiu būdu

*Tiekama pasirinktinai



2 savaitė 3 diena

Pietūs 10.35 val.

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros nr. | Išėiga (g) | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | |
|--|----------------|------------|------------------------------|--------------|---------------------|------------------|
| | | | Baltymai (g) | Riebalai (g) | Angliavandeniai (g) | Kalorijos (kcal) |
| Burokėlių sriuba su pupelėmis ir šviežiais kopūstais (A) (T) | S-0008-1 | 150 | 3,21 | 4,31 | 15,13 | 102,2 |
| Juoda duona | P-0004-1 | 30 | 1,54 | 0,26 | 9,2 | 49,8 |
| Varškės (9%) apkepas (T) | PP-0003-1 | 150 | 22,43 | 13,62 | 26,74 | 321,54 |
| Grietinė (30%) | P-0003-2 | 20 | 0,22 | 3 | 0,34 | 29,2 |
| Uogienė | P-0007-1 | 20 | 0,08 | 0 | 7,65 | 30,75 |
| Šviežių daržovių asorti (A) | P-0002-1 | 100 | 1 | 0,2 | 8,7 | 31 |
| Vanduo su uogomis | G-0002-1 | 150/7,5 | 0,1 | 0 | 1 | 4,6 |
| Iš viso: | | | 28,58 | 21,39 | 68,76 | 569,09 |

2 savaitė 4 diena

Pietūs 10.35 val.

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros nr. | Išėiga (g) | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | |
|--|----------------|------------|------------------------------|--------------|---------------------|------------------|
| | | | Baltymai (g) | Riebalai (g) | Angliavandeniai (g) | Kalorijos (kcal) |
| Trinta daržovių sriuba (A) (T) | S-0010-1 | 150 | 2,16 | 4,16 | 7,75 | 88,69 |
| Grietinė (10%)* | P-0015-1 | 5 | 0,31 | 1 | 0,42 | 11,9 |
| Juoda duona | P-0004-1 | 30 | 1,54 | 0,26 | 9,2 | 49,8 |
| Troškinta vištiena su padažu (T) | VKM-0004-1 | 100/40 | 24,62 | 27,03 | 3,14 | 351,39 |
| Bulvių košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (T) | D-0001-1 | 100 | 2,25 | 3,78 | 16,18 | 106,76 |
| Šviežių daržovių asorti (A) | P-0002-2 | 120 | 1,2 | 0,24 | 10,44 | 37,2 |
| Vanduo su citrina | G-0002-1 | 150 | 0,04 | 0,01 | 0,32 | 0,6 |
| Iš viso: | | | 32,12 | 27,11 | 42,31 | 533,32 |

A-patiekalas pagamintas tik augalinės kilmės produktų

T-patiekalas pagamintas tausojančiu būdu

*Tiekama pasirinktinai



2 savaitė 5 diena

Pietūs 10.35 val.

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros nr. | Išeiška (g) | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | |
|--|----------------|-------------|------------------------------|--------------|---------------------|------------------|
| | | | Baltymai (g) | Riebalai (g) | Angliavandeniai (g) | Kalorijos (kcal) |
| Agurkinė sriuba (A) (T) | S-0011-1 | 150 | 1,2 | 4,08 | 5,37 | 79,79 |
| Juoda duona | P-0004-1 | 30 | 1,54 | 0,26 | 9,2 | 49,8 |
| Orkaitėje kepti menkės kotletukai (T) | Ž-0002-1 | 100 | 13,95 | 14,72 | 8,47 | 219,31 |
| Rausvasis padažas (T) | PD-0002-1 | 20 | 0,49 | 4,87 | 7,13 | 70,83 |
| Biri ryžių kruopų košė su aliejumi (A) (T) | K-0005-1 | 100/1 | 2,53 | 1,67 | 27,42 | 131,61 |
| Šviežių daržovių asorti (A) | P-0002-1 | 120 | 1 | 0,2 | 8,7 | 31 |
| Vanduo su uogomis | G-0002-1 | 200 | 0,1 | 0 | 1 | 4,6 |
| Iš viso: | | | 20,81 | 25,8 | 67,29 | 586,94 |

A-patiekalas pagamintas tik augalinės kilmės produktų

T-patiekalas pagamintas tausojančiu būdu

*Tiekama pasirinktinai



3 savaitė 1 diena

Pietūs 10.35 val.

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros nr. | Išėiga (g) | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | |
|---|----------------|------------|------------------------------|--------------|---------------------|------------------|
| | | | Baltymai (g) | Riebalai (g) | Angliavandeniai (g) | Kalorijos (kcal) |
| Pupelių ir pomidorų sriuba (A) (T) | S-0012-1 | 150 | 3,56 | 4,31 | 10,29 | 97,53 |
| Grietinė (30%)* | P-0003-1 | 5 | 0,22 | 3 | 0,34 | 29,2 |
| Juoda duona | P-0004-1 | 30 | 1,54 | 0,26 | 9,2 | 49,8 |
| Orkaitėje troškinta kalakutienos šlaunelių mėsa su medumi (T) | VKM-0005-1 | 100 | 34,16 | 14,62 | 4,73 | 243,52 |
| Baltasis padažas su morkomis (T) | PD-0001-1 | 20 | 14,31 | 2,71 | 1,78 | 34,75 |
| Bulvių košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (T) | D-0001-1 | 100 | 2,25 | 3,78 | 16,18 | 106,76 |
| Šviežių daržovių asorti (A) | P-0002-2 | 150 | 1,2 | 0,24 | 10,44 | 37,2 |
| Vanduo su citrina | G-0002-1 | 150 | 0,04 | 0,01 | 0,32 | 0,6 |
| Iš viso: | | | 57,28 | 28,93 | 53,28 | 599,36 |

3 savaitė 2 diena

Pietūs 10.35 val.

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros nr. | Išėiga (g) | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | |
|---------------------------------------|----------------|------------|------------------------------|--------------|---------------------|------------------|
| | | | Baltymai (g) | Riebalai (g) | Angliavandeniai (g) | Kalorijos (kcal) |
| Šviežių kopūstų sriuba (A) (T) | S-0013-1 | 150 | 2,63 | 4,27 | 17,93 | 110,12 |
| Juoda duona | P-0004-1 | 30 | 1,54 | 0,26 | 9,2 | 49,8 |
| Kiaulienos paplotėlis su morkomis (T) | KM-0002-1 | 100(80/20) | 13,58 | 15,83 | 16,65 | 257,28 |
| Rausvasis padažas (T) | PD-0002-1 | 30 | 0,49 | 4,87 | 1,91 | 53,12 |
| Virtos bulvės (A) (T) | D-0002-1 | 100 | 2,1 | 0,1 | 19,21 | 85,05 |
| Šviežių daržovių asorti (A) | P-0002-2 | 120 | 1,2 | 0,24 | 10,44 | 37,2 |
| Vanduo su uogomis | G-0002-1 | 150 | 0,1 | 0 | 1 | 4,6 |
| Iš viso: | | | 21,64 | 25,57 | 76,34 | 597,17 |

A-patiekalas pagamintas tik augalinės kilmės produktų

T-patiekalas pagamintas tausojančiu būdu

*Tiekiami pasirinktinai



3 savaitė 3 diena

Pietūs 10.35 val.

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros nr. | Išėiga (g) | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | |
|---|----------------|------------|------------------------------|--------------|---------------------|------------------|
| | | | Baltymai (g) | Riebalai (g) | Angliavandeniai (g) | Kalorijos (kcal) |
| Cukinių sriuba (A) (T) | S-0014-1 | 150 | 2,03 | 4,16 | 12,88 | 67,25 |
| Grietinė (30%)* | P-0003-1 | 5 | 0,22 | 3 | 0,34 | 29,2 |
| Juoda duona | P-0004-1 | 30 | 1,54 | 0,26 | 9,2 | 49,8 |
| Orkaitėje kepti vištienos filė kukuliai (T) | VKM-0001-1 | 100 | 20,71 | 13,91 | 7,17 | 233,95 |
| Baltasis padažas su morkomis (T) | PD-0001-1 | 20 | 14,31 | 2,71 | 1,78 | 34,75 |
| Viti lėšiai (A) | K-0005-1 | 100/2 | 2,53 | 1,67 | 27,42 | 2 |
| Šviežių daržovių asorti (A) | P-0002-2 | 120 | 1,2 | 0,24 | 10,44 | 131,61 |
| Vanduo su citrina | G-0002-1 | 150 | 0,04 | 0,01 | 0,32 | 0,6 |
| Iš viso: | | | 42,58 | 25,96 | 69,55 | 549,16 |

3 savaitė 4 diena

Pietūs 10.35 val.

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros nr. | Išėiga (g) | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | |
|--|----------------|------------|------------------------------|--------------|---------------------|------------------|
| | | | Baltymai (g) | Riebalai (g) | Angliavandeniai (g) | Kalorijos (kcal) |
| Pupelių sriuba (A) (T) | S-0005-1 | 150 | 4,49 | 3,31 | 12,64 | 106,5 |
| Grietinė (30%)* | P-0003-1 | 5 | 0,11 | 1,5 | 0,17 | 14,6 |
| Juoda duona | P-0004-2 | 30 | 1,16 | 0,2 | 6,9 | 37,35 |
| Orkaitėje kepti kiaulienos maltinukai (T) | KM-0003-1 | 100 | 23,6 | 19,67 | 10,09 | 312,94 |
| Rausvasis padažas (T) | PD-0002-1 | 20 | 0,49 | 4,87 | 1,91 | 53,12 |
| Biri ryžių kruopų košė su aliejumi (A) (T) | K-0005-1 | 100/2 | 2,53 | 1,67 | 27,42 | 2 |
| Šviežių daržovių asorti (A) | P-0002-1 | 120 | 1 | 0,2 | 8,7 | 31 |
| Vanduo su uogomis | G-0002-1 | 150 | 0,1 | 0 | 1 | 4,6 |
| Iš viso: | | | 33,48 | 31,42 | 68,83 | 562,11 |

A-patiekalas pagamintas tik augalinės kilmės produktų

T-patiekalas pagamintas tausojančiu būdu

*Tiekiami pasirinktinai

3 savaitė 5 diena

Pietūs 10.35 val.

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros nr. | | Patiekalo maistinė vertė (g) | | | |
|---|----------------|-------|------------------------------|--------------|---------------------|------------------|
| | | | Baltymai (g) | Riebalai (g) | Angliavandeniai (g) | Kalorijos (kcal) |
| Burokėlių sriuba (A) (T) | S-0003-1 | 150 | 1,85 | 4,16 | 15,4 | 98,81 |
| Grietinė (30%)* | P-0003-1 | 5 | 0,22 | 3 | 0,34 | 29,2 |
| Juoda duona | P-0004-1 | 30 | 1,54 | 0,26 | 9,2 | 49,8 |
| Orkaitėje kepti lašišos filė maltinukai (T) | Ž-0001-1 | 100 | 20,61 | 24,13 | 17,84 | 367,64 |
| Baltasis padažas su morkomis (T) | PD-0001-1 | 20 | 14,31 | 2,71 | 1,78 | 34,75 |
| Biri ryžių kruopų košė su aliejumi (A) (T) | K-0005-1 | 100/1 | 2,53 | 1,67 | 27,42 | 131,61 |
| Šviežių daržovių asorti (A) | P-0002-2 | 120 | 1,2 | 0,24 | 10,44 | 37,2 |
| Vanduo su citrina | G-0002-1 | 150 | 0,04 | 0,01 | 0,32 | 0,6 |
| Iš viso: | | | 42,3 | 36,18 | 82,74 | 749,61 |

TVIRTINU
Direktorė Jolita Velžienė



A-patiekalas pagamintas tik augalinės kilmės produktų

T-patiekalas pagamintas tausojančiu būdu

*Tiekama pasirinktinai