

4 savaitė  
pirmadienis

Pusryčiai 8.00 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Perlinių kruopų košė su sviestu (T)*	3-3/45	200	8,36	10,56	53,54	327,62
Pienas ekologiškas 2,5%		100	3,20	2,60	4,80	56,00
Iš viso:			11,56	13,16	58,34	383,62

Priešpiečiai 10.30 – 11.00 val.

Vaisiai		200	3,04	1,20	55,76	224,00
Iš viso:			3,04	1,20	55,76	224,00

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Trinta saliero šaknies ir bulvių sriuba (T)*	Sr.40	150	1,27	3,85	10,08	76,20
Duona viso grūdo		60	4,08	0,66	31,80	149,40
Iš viso:			5,35	4,51	41,88	225,60

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Perlinio kuskuso sriuba (AT)*	1-3/40-1	150	3,19	6,23	21,72	153,49
Duona viso grūdo		60	4,08	0,66	31,80	149,40
Iš viso:			7,27	6,89	53,52	302,89

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (AT)*	1-3/21	150	2,22	6,20	11,90	102,85
Duona viso grūdo		60	4,08	0,66	31,80	149,40
Iš viso:			6,31	6,86	43,89	252,25

Šiaulių rajono savivaldybės  
švietimo paslaugų centras  
Gedimino g. 4A, 81181 Kuršėnai,  
Šiaulių rajonas

Vyresnioji specialistė  
Juzefa Venckuvienė

*Juzefa Venckuvienė*

Tvirtinu:  
Šiaulių r. Girvų Sofijos ir Vladimiro  
Zubovų pagrindinė JŠ  
Dalyva Jagnytienė  
2021-09-08

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. I patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiņa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Kiauliena su troškintais švž. kopūstais (T)*	5A	150	22,50	19,17	7,79	285,83
Virtos bulvės	1Gar	100	2,06	0,10	18,84	83,44
Daržovių salotos (pekino kopūstai, morkos, agurkai, pomidorai, paprika, porai) su aliejumi	2-1/3	150	1,59	4,13	6,15	57,35
Iš viso:			26,15	23,40	32,78	426,62

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. II patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiņa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Pupelių, saliero ir morkų troškiny (AT)*	5-5/109	250	14,64	10,25	45,10	284,66
Pomidorai vynuoginiai	44S	100	1,00	0,00	4,00	18,00
Duona viso grūdo		60	4,08	0,66	31,80	149,40
Iš viso:			19,72	10,94	80,90	452,06

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. III patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiņa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Kiaulienos kepsnys įdarytas kiaušiniu (T)*	20A	90	21,01	16,88	7,04	260,91
Moliūgų sėklų aliejus		7	0,00	6,99	0,00	69,93
Virti viso grūdo makaronai	6Gar	50	2,12	2,26	11,85	73,81
Daržovių salotos su aliejumi	2-1/3	100	1,06	2,75	4,10	38,23
Iš viso:			24,19	28,88	22,99	442,88

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. IV patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiņa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Kepti varškėčiai (T)*	83A	150	24,60	13,37	29,80	336,18
Grietinė jogurtinė 10%		30	1,14	3,00	1,29	36,60
Trintos uogos	P.5	20	0,12	0,06	4,28	16,84
Kepti obuoliai	15-8/160	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			26,26	16,83	48,37	442,62

Šiaulių rajono savivaldybės  
švietimo paslaugų centras  
Gedimino g. 4A, 81131 Kuršėnai,  
Šiaulių rajonas

Vyresnioji specialistė  
Juzefa Venckuvienė

*Juzefa Venckuvienė*

Tvirtinui:  
Šiaulių - Gintaro, Sofijos ir Vladimiro  
Zubovų progimnazija

Dalyvė Jankaitienė  
2022.09.01

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. V patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Veršienos kumpio ir kiaulienos šoninės kepsnys (T)*	A.63	50	13,39	23,53	0,02	270,93
Grietinėlės ir konservuotų pomidorų padažas	P.9	30	0,65	8,98	1,03	87,35
Virti viso grūdo makaronai	6Gar	50	2,12	2,26	11,85	73,81
Šviežių daržovių ir vaisių rinkinys	S.30	100	1,06	0,30	9,58	41,60
<b>Iš viso:</b>			<b>17,22</b>	<b>35,07</b>	<b>22,48</b>	<b>473,69</b>

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. VI patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Garuose virti mėsos kotletukai su krapų padažu (T)*	A.47	120	16,27	18,32	8,48	273,03
Virti viso grūdo makaronai	6Gar	50	2,12	2,26	11,85	73,81
Šviežių daržovių ir vaisių rinkinys	S.30	100	1,06	0,30	9,58	41,60
<b>Iš viso:</b>			<b>19,45</b>	<b>20,88</b>	<b>29,91</b>	<b>388,44</b>

\*A – augalinis; T - tausojantis

Šiaulių rajono savivaldybės  
švietimo paslaugų centras  
Gedimino g. 4A, 81181 Kuršėnai,  
Šiaulių rajonas

Vyresnioji specialistė  
Juzefa Venckuvienė

Tvirtinu:  
Sistemos: Ginkūnų Sofijos ir Vladimiro  
Zuikų progimnazija  
Dalyvė Jagminienė  
2019-09-01

4 savaitė  
antradienis

Pusryčiai 8.00 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliais	3-6/120	140	6,42	12,20	41,08	291,72
Jogurtas natūralus 3,5%		15	0,66	0,59	0,71	10,80
Uogos		40	0,00	0,00	4,40	17,60
Pienas ekologiškas 2,5%		100	3,20	2,50	4,90	56,00
Iš viso:			10,28	15,29	51,09	376,12

Vaisiai		200	3,04	1,20	55,76	224,00
Iš viso:			3,04	1,20	55,76	224,00

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Pieniška ryžių kruopų sriuba (T)*	25Sr	150	3,20	4,45	10,90	97,17
Viso grūdo duona su sviestu	16-1/4-1	30/5	2,08	4,46	15,94	111,90
Iš viso:			5,28	8,91	26,84	209,07

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Tiršta vištienos sriuba (T)*	Sr.9	150	12,92	4,28	9,21	133,67
Viso grūdo duona		60	4,08	0,66	31,80	149,40
Iš viso:			17,00	4,94	41,01	283,07

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Sriuba su mėsos kukuliukais (T)*	Sr.1	150	6,48	3,63	6,55	68,80
Grietinė jogurtinė 10%		6	0,23	0,60	0,26	7,32
Viso grūdo duona		60	4,08	0,66	31,80	149,40
Iš viso:			10,79	4,89	38,61	225,52

Šiaulių rajono savivaldybės  
švietimo paslaugų centras  
Gedimino g. 4A, 81101 Kuršėnai,  
Šiaulių rajonas

Tvirtinu:  
Šiaulių r. direktorė Sofijos ir Vladimiro  
Zubovų šeima, a  
Daiva Jankauskaitė  
2024.09.10

Vyresnioji specialistė  
Juzefa Venckuvienė

*Juzefa Venckuvienė*

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. I patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Kepta paukštienos filė (T)*	22A	100	24,49	8,98	6,82	204,53
Alyvuogių aliejus		7	0,01	6,97	0,01	61,81
Virtas perlinis kuskusas	Gar.14	80	6,33	1,50	25,13	81,97
Pomidorai	44S	100	1,00	0,20	4,10	17,00
Keptos daržovės (morkos, burokėliai)	4-7/142	100	3,21	4,67	9,37	80,28
<b>Iš viso:</b>			<b>35,04</b>	<b>22,32</b>	<b>45,43</b>	<b>445,59</b>

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. II patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Kepti grikių ir daržovių (morkos, salierai, porai) maltinukai (AT)*	3-8/160	250	10,17	9,62	61,62	361,27
Pomidorų padažas		50	0,65	0,10	2,25	12,00
Baltojo ridiko ir obuolių salotos su aliejumi	2-3/64	100	0,91	5,20	6,74	73,49
<b>Iš viso:</b>			<b>11,73</b>	<b>14,92</b>	<b>70,61</b>	<b>446,76</b>

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. III patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Maltos paukštienos kepsnys (T)	35A	75	15,64	18,28	5,40	246,95
Alyvuogių aliejus		5	0,00	4,99	0,01	44,15
Virtos bulvės	1Gar	50	1,03	0,05	9,43	41,72
Pomidorai vynuoginiai	44S	50	0,50	0,00	2,00	9,00
Baltojo ridiko ir obuolių salotos su aliejumi	2-3/64	100	0,46	2,60	3,37	36,75
<b>Iš viso:</b>			<b>17,63</b>	<b>25,92</b>	<b>20,21</b>	<b>378,57</b>

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. IV patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Skryliai su pilno grūdo miltais (T)*	66A	150	8,13	4,14	49,84	268,16
Grietinėlės padažas	P.15	40	0,73	8,90	2,42	92,13
Kepti obuoliai	15-8/160	100	0,40	0,40	13,00	53,00
<b>Iš viso:</b>			<b>9,26</b>	<b>13,44</b>	<b>65,26</b>	<b>413,29</b>

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. V patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Konvekciniėje kepti bananiniai varškėčiai (T)*	A.24	150	17,33	13,40	36,53	307,68
Jogurtas „Jums“ 2,5%		30	0,84	0,75	27,30	21,30
Kepti obuoliai	15-8/160	100	0,40	0,40	13,00	53,00
<b>Iš viso:</b>			<b>18,57</b>	<b>14,55</b>	<b>76,83</b>	<b>381,98</b>

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. VI patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Kalakutienos file ir kiaulienos šoninės kepsnys (T)*	A.62	50	15,69	18,34	0,20	231,96
Virtas perlinis kuskusas	Gar.14	80	6,33	1,50	25,13	81,97
Pomidorų užpilas	P.13	30	0,46	1,05	2,31	18,65
Šviežių daržovių ir vaisių rinkinys	S.30	100	1,06	0,30	9,58	41,60
<b>Iš viso:</b>			<b>23,54</b>	<b>21,19</b>	<b>37,22</b>	<b>374,18</b>

\*A – augalinis; T - tausojantis



4 savaitė  
trečiadienis

Pusryčiai 8.00 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebal ai, g	angliavanden iai, g	
Ivairių kruopų košė košė (miežiai, kviečiai, rugiai)(T)*	103A	200	11,60	3,15	37,35	211,00
Uogos		100	1,00	1,00	12,00	63,00
Pienas ekologiškas 2,5%		200	6,80	5,00	9,80	112,00
Iš viso:			19,40	9,15	59,15	386,00

Vaisiai		200	3,04	1,20	55,76	224,00
Iš viso:			3,04	1,20	55,76	224,00

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebal ai, g	angliavanden iai, g	
Tiršta burokėlių sriuba su pupelėmis (AT)*	1-3/34	150	4,41	1,67	17,85	104,62
Grietinė jogurtinė 10%		15	0,45	1,50	0,60	17,85
Duona viso grūdo		60	4,08	0,66	31,80	149,40
Iš viso:			8,94	3,83	50,25	271,87

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebal ai, g	angliavanden iai, g	
Kreminė žalių žirnelių ir brokolių sriuba (T)*	Sr.14	150	3,77	11,99	9,17	157,57
Traškios duonos lazdelės		35	4,83	7,11	22,28	147,39
Iš viso:			8,60	19,10	31,45	304,96

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebal ai, g	angliavanden iai, g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (AT)*	1-3/40	150	2,09	6,26	16,68	125,29
Duona viso grūdo		60	4,08	0,66	31,80	149,40
Iš viso:			6,17	6,92	48,48	274,69

Šiaulių rajono savivaldybės  
švietimo paslaugų centras  
Gedimino g. 4A, 81161 Kuršėnai,  
Šiaulių rajonas

Vyresnioji specialistė  
Juzefa Venckuviene

*Juzefa Venckuviene*

Tvirtinti:  
Šiaulių miesto meras Gintautas Botijus ir Vladimiras  
Zubovas  
Darys: [parašas]  
20. [parašas]

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. I patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebal ai, g	angliavanden iai, g	
Kiaulienos kepsnys įdarytas kiaušiniu (T)	20A	60	14,01	11,25	4,69	173,93
Moliūgų sėklų aliejus		5	0,00	4,99	0,00	49,95
Biri sorų kruopų košė	3-3/37	50	1,86	2,01	12,17	74,86
Cukinių, agurkų, morkų salotos su aliejumi	2-1/16	50	0,53	1,09	3,35	22,20
Kepti burokėliai su saulėgražomis	4-7/143	100	4,97	8,49	12,18	135,54
<b>Iš viso:</b>			<b>21,37</b>	<b>27,83</b>	<b>32,39</b>	<b>456,48</b>

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. II patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebal ai, g	angliavanden iai, g	
Virtų bulvių kukuliai su varške	54A	150	9,02	4,58	35,99	217,02
Sviesto-grietinės padažas	5P	30	0,53	15,77	0,67	146,28
Kepti vaisiai	15-8/161	100	1,04	2,94	20,16	103,96
<b>Iš viso:</b>			<b>10,59</b>	<b>23,29</b>	<b>56,82</b>	<b>467,26</b>

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. III patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebal ai, g	angliavanden iai, g	
Kepti jautienos kukuliai (T)*	12-7/140	100	20,82	23,70	1,76	183,79
Moliūgų sėklų aliejus		5	0,00	4,99	0,00	49,95
Biri sorų kruopų košė	3-3/37	100	3,71	4,01	24,33	149,72
Baltojo ridiko ir obuolių salotos su aliejumi	2-3/64	150	1,37	7,80	10,11	110,24
<b>Iš viso:</b>			<b>25,90</b>	<b>40,50</b>	<b>36,20</b>	<b>493,70</b>

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. IV patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebal ai, g	angliavanden iai, g	
Pupelių ir daržovių troškiny (AT)*	5-5/107	200	11,29	7,22	46,62	265,10
Kepti burokėliai su saulėgražomis	4-7/143	130	6,46	11,04	15,83	175,81
<b>Iš viso:</b>			<b>17,75</b>	<b>18,26</b>	<b>62,45</b>	<b>440,91</b>

Šiaulių rajono savivaldybės  
švietimo paslaugų centras  
Gedimino g. 4A, 81181 Kuršėnai,  
Šiaulių r. m. sav.

Vyresnioji specialistė  
Juzefa Venckuvienė

*Juzefa Venckuvienė*

Tvirtinu:  
Šiaulių rajono švietimo paslaugų centro  
Zubovų g. 10, m. sav.

Davys, 2020 m. gegužės 20 d.



## Pietūs 12.00 – 13.30 val. V patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebal ai, g	angliavanden iai, g	
Troškiny su malta veršiena (T)*	A.10	140	9,06	8,16	20,57	209,77
Šviežių agurkų, pomidorų rinkinys	S.35	50	0,50	0,26	1,56	7,84
Kepti burokėliai su saulėgrąžomis	4-7/143	50	2,89	5,49	6,90	83,52
Iš viso:			12,45	13,91	29,03	301,13

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. VI patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebal ai, g	angliavanden iai, g	
Koldūnai su kiauliena (T)*	A.33	130	13,72	4,34	28,75	209,76
Grietinė 30%		30	0,72	9,00	0,93	87,90
Iš viso:			14,44	13,34	29,68	297,66

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. VII patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebal ai, g	angliavanden iai, g	
Užkepti koldūnai su kiauliena (T)*	A.34	200	22,82	43,32	24,61	591,85
Iš viso:			22,82	43,32	24,61	591,85

\*A – augalinis; T - tausojantis

4 savaitė  
ketvirtadienis

Pusryčiai 8.00 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Manų kruopų košė su cinamonu (T)*	3-3/32	200	6,67	4,45	36,97	218,37
Uogos		100	1,00	1,00	12,00	63,00
Pienas ekologiškas 2,5%		200	6,80	5,00	9,80	112,00
		<b>Iš viso:</b>	<b>14,47</b>	<b>10,45</b>	<b>58,77</b>	<b>393,37</b>

Vaisiai		200	3,04	1,20	55,76	224,00
		<b>Iš viso:</b>	<b>3,04</b>	<b>1,20</b>	<b>55,76</b>	<b>224,00</b>

Sriuba 10.00 – 10.30 val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Trinta paprikų, morkų ir obuolių sriuba (T)*	1-3/37	150	1,18	6,50	7,95	86,13
Viso grūdo duona		60	4,08	0,66	31,80	149,40
		<b>Iš viso:</b>	<b>5,26</b>	<b>7,16</b>	<b>39,75</b>	<b>235,53</b>

Sriuba 10.00 – 10.30 val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (T)*	1-3/36	150	5,56	4,12	12,55	97,39
Viso grūdo duona		60	4,08	0,66	31,80	149,40
		<b>Iš viso:</b>	<b>9,64</b>	<b>4,78</b>	<b>44,35</b>	<b>246,79</b>

Sriuba 10.00 – 10.30 val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Sriuba su mėsos kukuliais (T)	Sr.1	150	6,71	4,23	6,81	76,12
Viso grūdo duona		60	4,08	0,66	31,80	149,40
		<b>Iš viso:</b>	<b>10,79</b>	<b>4,89</b>	<b>38,61</b>	<b>225,52</b>

Tvirtina:  
Siaulės miesto Šeimos Septynios ir Vladimiro  
Zubovų gimnazija  
Dalyvavo: [parašas]  
2023/03/08

[parašas]

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. I patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Kepta žuvis (jūros lydeka) (T)*	9-7/144	110	21,18	2,50	0,14	111,06
Moliūgų sėklų aliejus		5	0,00	4,99	0,00	49,95
Bulvių, brokolių, ž. žirnelių košė	4-3/61	80	1,74	1,09	8,18	47,76
Šparaginės pupelės virtos	Gar.13	100	2,36	10,10	7,74	122,10
Virtų burokėlių salotos su ž. žirneliais ir švž. agurkais*	2-3/61	110	2,18	7,85	9,86	109,93
		<b>Iš viso:</b>	<b>27,46</b>	<b>26,53</b>	<b>25,92</b>	<b>440,80</b>

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. II patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Raudonųjų lešų troškiny su daržovėmis (AT)*	5-5/104	240	8,15	10,16	23,12	212,08
Pomidorai	44S	150	1,50	0,30	6,30	25,50
Duona viso grūdo		60	4,08	0,66	31,80	149,40
		<b>Iš viso:</b>	<b>13,73</b>	<b>11,12</b>	<b>61,22</b>	<b>386,98</b>

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. III patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Kepti žuvies kukulaičiai (menkė)(T)*	9-7/141	120	21,52	8,65	6,08	176,84
Moliūgų sėklų aliejus		7	0,00	6,99	0,00	69,93
Bulvių, brokolių, ž. žirnelių košė	4-3/61	100	2,18	2,60	10,34	70,50
Virtų burokėlių salotos su obuoliais, su aliejumi	S.22	100	1,27	10,27	10,81	135,22
		<b>Iš viso:</b>	<b>24,97</b>	<b>28,51</b>	<b>27,23</b>	<b>452,49</b>

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. IV patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Lietiniai blynai su varškės ir špinatų įdaru	7-8/163	135	12,45	9,82	31,59	261,30
Grietinė 30%		30	0,72	9,00	0,93	87,90
Kepti obuoliai	15-8/160	150	0,60	0,60	19,50	79,50
		<b>Iš viso:</b>	<b>13,77</b>	<b>19,42</b>	<b>52,02</b>	<b>428,70</b>

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. V patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Lietiniai blynai su virtos vištienos įdaru	A.52	200	19,56	24,32	28,80	421,10
Grietinė 30%		30	0,72	9,00	0,93	87,90
Kepti obuoliai	15-8/160	150	0,60	0,60	19,50	79,50
<b>Iš viso:</b>			<b>20,88</b>	<b>33,92</b>	<b>49,23</b>	<b>585,50</b>

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. VI patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Kalakutienos file ir kiaulienos šoninės kepsnys (T)*	A.62	50	15,69	18,34	0,20	231,96
Grietinė ir konservuotų pomidorų padažas	P.9	30	0,65	8,98	1,03	87,35
Virtos bulvės	1Gar	50	1,03	0,05	9,42	41,72
Žalių salotų rinkinys su melionu	S.33	100	1,53	0,16	5,99	29,30
<b>Iš viso:</b>			<b>18,90</b>	<b>27,53</b>	<b>16,64</b>	<b>390,33</b>

\*A – augalinis; T - tausojantis

Siaulių rajono savivaldybės  
švietimo paslaugų centras  
Gedimino g. 4A, 81181 Kuršėnai,  
Siaulių rajonas

Vyresnioji specialistė  
Juzefa Venckuvienė



Tvirtinu:  
Siaulių r. Girulių Šeimos ir Vladimiro  
Zubovų progimnazija  
Dalyv. dauginantys  
2022-08-01

4 savaitė  
penktadienis

Pusryčiai 8.00 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Sorų kruopų apkepas su obuoliais ir cinamonu (T)*	3-8/165	150	10,78	7,15	47,00	290,34
Natūralus jogurtas 3,5%		15	0,66	0,59	0,71	10,80
Uogos		50	0,00	0,00	5,50	22,00
Pienas ekologiškas 2,5%		100	3,40	2,50	4,90	56,00
		<b>Iš viso:</b>	<b>14,84</b>	<b>10,24</b>	<b>58,11</b>	<b>379,14</b>

Vaisiai		200	3,04	1,20	55,76	224,00
		<b>Iš viso:</b>	<b>3,04</b>	<b>1,20</b>	<b>55,76</b>	<b>224,00</b>

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Pomidorinė sriuba su ryžiais (AT)*	1-3/33	150	1,44	3,35	13,58	85,33
Duona viso grūdo		60	4,08	0,66	31,80	149,40
		<b>Iš viso:</b>	<b>5,52</b>	<b>4,01</b>	<b>45,38</b>	<b>234,73</b>

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Saliero šaknies ir bulvių sriuba (AT)*	Sr.40	150	1,27	3,85	10,08	76,20
Duona viso grūdo		60	4,08	0,66	31,80	149,40
		<b>Iš viso:</b>	<b>5,35</b>	<b>4,31</b>	<b>41,88</b>	<b>225,60</b>

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Tiršta makaronų, pupelių ir daržovių sriuba (AT)*	Sr.11	150	2,79	5,21	12,87	109,75
Duona viso grūdo		60	4,08	0,66	31,80	149,40
		<b>Iš viso:</b>	<b>6,87</b>	<b>5,87</b>	<b>44,67</b>	<b>259,15</b>

Tvirtina:  
Šiaulių rajono savivaldybės  
Zuobų skyriaus vedėja Sofijos ir Vladimiro  
Dalyvavo:  
2024-11-01

Šiaulių rajono savivaldybės  
švietimo paslaugų centras  
Gedimino g. 4A, 81151 Kuršėnai,  
Šiaulių rajonas

Vyresnioji specialistė  
Juzefa Venckuvienė

*Juzefa Venckuvienė*

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. I patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Kalakutienos filė kukuliai su moliūgais (T)	10-3/60	180	27,65	4,39	18,98	220,99
Virtas perlinis kuskusas	Gar.14	50	1,62	0,30	12,41	55,28
Troškintos daržovės	4-5/101	50	0,99	2,13	4,32	35,36
Kaliaropių salotos su saulėgražomis	S.44	60	1,42	3,09	2,79	39,98
Pomidorai	44S	120	1,20	0,24	4,92	20,40
<b>Iš viso:</b>						

## Pietūs 12.00 – 13.30 val. II patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Viso grūdo makaronai su daržovėmis (brokoliai, cukinija, česnakas) (AT)*	A.66	200	18,30	13,92	39,47	335,40
Morkų padažas	P.6	30	0,47	4,69	1,88	49,71
Agurkai*		150	1,20	0,30	3,45	16,50
<b>Iš viso:</b>			<b>19,97</b>	<b>18,91</b>	<b>44,80</b>	<b>401,61</b>

## Pietūs 12.30 – 13.30 val III patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Vištienos vėrinukai (T)*	34A	115	24,10	10,23	9,17	219,69
Biri grikių kruopų košė	7Gar	100	6,06	5,48	33,26	202,88
Pomidorų padažas		10	0,13	0,02	0,45	2,40
Svogūnų laiškai smulkinti	S.40	10	0,30	0,00	0,40	2,80
Agurkai	43S	200	1,60	0,40	4,60	22,00
<b>Iš viso:</b>			<b>32,19</b>	<b>16,13</b>	<b>47,88</b>	<b>449,77</b>

## Pietūs 12.30 – 13.30 val IV patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Virti varškėčiai (T)*	82A	150	20,39	10,02	40,11	331,78
Grietinėlės padažas	P.15	30	1,06	7,06	2,57	77,58
Kepti obuoliai	15-8/160	100	0,40	0,40	13,00	53,00
<b>Iš viso:</b>			<b>21,85</b>	<b>17,48</b>	<b>55,68</b>	<b>462,36</b>

Šiaulių rajono savivaldybės  
švietimo paslaugų centras  
Gedimino g. 4A, 81151 Kuršėnai,  
Šiaulių rajonas

Vyrusioji specialistė  
Juzefa Venckuvienė

*Juzefa Venckuvienė*

Tvirtinai:  
Šiaulių r. Švietimo paslaugų ir Vladimiro  
Zubovų centras  
Daiva J. [parašas]  
2022-09-01

## Pietūs 12.30 – 13.30 val V patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Balandėliai su kalakutienu (T)*	64A	180	14,36	14,58	12,20	227,30
Virtos bulvės	1Gar	50	1,03	0,05	9,42	41,72
Agurkai marinuoti	45S	100	1,40	0,00	0,65	8,00
<b>Iš viso:</b>			<b>16,79</b>	<b>14,63</b>	<b>23,07</b>	<b>277,02</b>

\*A – augalinis; T - tausojančias

Siaulių rajono savivaldybės  
švietimo paslaugų centras  
Gedimino g. 4A, 81131 Kuršėnai,  
Siaulių rajonas

Tvirtinu:  
Siaulių r. švietimo skyriaus ir Vladimiro  
Zubovo grupės  
Dalyvė Jėgė  
20 22-08-09

Vyr. mokytoji specialistė  
Juzefa Venckuvienė

*Juzefa Venckuvienė*