

Vaikų maitinimo organizavimo aprašo
8 priedas

UAB „ANOLIJA“

VILNIAUS „TAIKOS“ PROGIMNAZIJA

Taikos g. 157, LT-05208 Vilnius

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS
6-10 m. amžiaus vaikams

Įstaigos darbo laikas
Nuo 8.00 iki 15.30

PARENGĖ
UAB "ANOLIJA"


AB „Anolija“
Direktorė
Aliona Milonaic

TVIRTINU
Vilniaus "Taikos" progimnazijos
Direktorė Vaida Abramonienė



1 savaitė (6-10 metų mokiniai)
Pirmadienis

Pietūs 10:30-13 val

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|----------------|--------|-----------------------------|--------------|-----------------|----------------------|
| | | | Baltymai | Riebalai | Angliavandeniai | |
| Pieniška makaronų sriuba(tausojantis) | 17 | 150 | 3,66 | 3,77 | 18,56 | 118,55 |
| Kepta paukštienos filė (tausojantis) | 22 | 80 | 19,03 | 8,52 | 6,16 | 176,36 |
| Virti griekiai(tausojantis/aušgalinis) | 52 | 80 | 3,72 | 0,76 | 20,72 | 108,38 |
| Pekino kopūstų, agurkų, porų salotos(aušgalinis) | 60 | 100 | 2,08 | 10,28 | 8,04 | 130,30 |
| Duona (juoda) | 4 | 20 | 1,48 | 0,26 | 10,26 | 43,40 |
| Vanduo | | 200 | | | | |
| Vaisius | 88 | 100 | 0,53 | 0,00 | 12,87 | 53,56 |
| Iš viso: | | | 30,50 | 23,59 | 76,61 | 630,55 |

Antradienis

Pietūs 10:30-13 val

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|----------------|--------|-----------------------------|--------------|-----------------|----------------------|
| | | | Baltymai | Riebalai | Angliavandeniai | |
| Sviežių kopūstų sriuba su bulvėmis(tausojantis/aušgalinis) | 6 | 200 | 1,89 | 5,69 | 11,24 | 97,51 |
| Virtas kiaulienos plovos (tausojantis) | 3 | 150 | 16,86 | 13,69 | 28,41 | 296,31 |
| Morkų, obuolių, porų salotos(aušgalinis) | 13 | 100 | 1,25 | 6,22 | 8,47 | 88,80 |
| Duona | 4 | 40 | 2,96 | 0,52 | 20,52 | 86,80 |
| Vanduo | | 200 | | | | |
| Vaisius | 88 | 100 | 0,53 | 0,00 | 12,87 | 53,56 |
| Iš viso: | | | 23,49 | 26,12 | 81,51 | 622,98 |

Trečiadienis

Pietūs 10:30-13 val

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|----------------|--------|-----------------------------|--------------|-----------------|----------------------|
| | | | Baltymai | Riebalai | Angliavandeniai | |
| Perlinių kruopų sriuba(tausojantis/Aušgalinis) | 13 | 150 | 1,27 | 3,16 | 10,48 | 71,88 |
| Kepti su garais vištienos kukuliai su sezamo sėklomis(tausojantis) | 10-7/143T | 70 | 17,04 | 8,32 | 3,71 | 157,90 |
| Virti griekiai(tausojantis/aušgalinis) | 52 | 80 | 3,72 | 0,76 | 20,72 | 108,38 |
| Kopūstų salotos su morkomis (aušgalinis) | 56 | 100 | 1,80 | 10,28 | 6,58 | 123,12 |
| Duona | 4 | 40 | 2,96 | 0,52 | 20,52 | 86,80 |
| Vanduo | | 200 | | | | |
| Vaisius | 88 | 100 | 0,53 | 0,00 | 12,87 | 53,56 |
| Iš viso: | | | 27,32 | 23,04 | 74,88 | 601,64 |

PARENGĖ
UAB "ANOLIJA"

UAB „Anolija“
Direktorė
Ailona Milonaitė

TVIRTINU

Vilniaus "Taikos" progimnazijos
Direktorė Vaida Abramoniene



1 savaitė (6-10 metų mokiniai)
Ketvirtadienis

Pietūs 10:30-13 val

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|----------------|--------|-----------------------------|--------------|-----------------|----------------------|
| | | | Baltymai | Riebalai | Angliavandeniai | |
| Barščių sriuba su pupelėmis ir kopūstais(tausojantis, aušgalinis) | 3 | 150 | 2,35 | 4,32 | 10,32 | 81,39 |
| Virti makaronai su kiaulienos mėsa(tausojantis) | 48 | 250 | 13,80 | 10,20 | 36,60 | 293,40 |
| Morkos su aliejumi | 61 | 100 | 1,00 | 0,20 | 8,70 | 31,00 |
| Duona | 1 | 40 | 2,96 | 0,52 | 20,52 | 86,80 |
| Vanduo | | 200 | | | | |
| Vaisius | 88 | 100 | 0,53 | 0,00 | 12,87 | 53,56 |
| | | | 20,64 | 15,24 | 89,01 | 546,15 |

Penktadienis

Pietūs 10:30-13 val

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|----------------|-----------------|-----------------------------|--------------|-----------------|----------------------|
| | | | Baltymai | Riebalai | Angliavandeniai | |
| Pieniška daržovių sriuba(tausojantis/aušgalinis) | 25 | 150 | 4,25 | 4,47 | 13,41 | 105,24 |
| Žuvies maltinis(tausojantis) | 32 | 80 | 12,70 | 11,72 | 11,77 | 201,86 |
| Bulvių košė | 2 | 80 | 1,80 | 3,03 | 12,95 | 85,40 |
| Žaliųjų žirnelių salotos(aušgalinis) | 35 | 100 | 3,92 | 6,18 | 12,38 | 106,09 |
| Duona (juoda) | 4 | 20 | 1,48 | 0,26 | 10,26 | 43,40 |
| Vanduo | | 200 | | | | |
| Vaisius | 88 | 100 | 0,53 | 0,00 | 12,87 | 53,56 |
| | | Iš viso: | 24,68 | 25,66 | 73,64 | 595,55 |

PARENGĖ
UAB "ANOLIJA"

UAB „Anolija“
Direktorė
Aliona Milonaitė

TVIRTINU
Vilniaus "Taikos" progimnazijos
Direktorė Vaida Abramonienė



2 savaitė (6-10 metų mokiniai)
Pirmadienis

Pietūs 10:30-13 val

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros Nr. | Išeiša | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|----------------|--------|-----------------------------|--------------|------------------|----------------------|
| | | | Baltymai | Riebalai | Anglia-vandeniai | |
| Agurkinė sriuba(tausojantis) | 1 | 150 | 3,14 | 2,91 | 13,90 | 89,60 |
| Kepti paukštienos kepinukai (tausojantis) | 24 | 75 | 13,24 | 10,01 | 6,85 | 169,15 |
| Virti makaronai | 6 | 50 | 1,90 | 1,70 | 13,28 | 77,71 |
| Kopūstų, pomidorų, agurkų salotos(augalinis) | 2 | 100 | 1,08 | 9,58 | 4,48 | 101,55 |
| Duona (juoda) | 4 | 40 | 2,96 | 0,52 | 20,52 | 86,80 |
| Vanduo | | 200 | | | | |
| Vaisius | 88 | 100 | 0,53 | 0,00 | 12,87 | 53,56 |
| Iš viso: | | | 22,85 | 24,72 | 71,90 | 578,37 |

Antradienis

Pietūs 10:30-13 val

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros Nr. | Išeiša | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|----------------|--------|-----------------------------|--------------|------------------|----------------------|
| | | | Baltymai | Riebalai | Anglia-vandeniai | |
| Žirnių sriuba(tausojantis/augalinis) | 22 | 150 | 4,89 | 3,30 | 13,77 | 95,10 |
| Kiaulienos guliašas(tausojantis) | 1 | 50/50 | 14,98 | 12,27 | 5,56 | 190,33 |
| Virti ryžiai su ciberžole (augalinis, tausojantis) | 50 | 80 | 2,08 | 0,18 | 22,95 | 95,94 |
| Duona (juoda) | 4 | 15 | 1,11 | 0,20 | 7,69 | 32,55 |
| Pekino kopūstų, porų, pomidorų salotos (augalinis) | 22 | 100 | 1,22 | 9,64 | 3,71 | 99,35 |
| Vanduo | | 200 | | | | |
| Pienas | 8 | 100 | 3,40 | 2,50 | 4,90 | 56,00 |
| Vaisius | 88 | 100 | 0,53 | 0,00 | 12,87 | 53,56 |
| Iš viso: | | | 28,21 | 28,09 | 71,45 | 622,83 |

Trečiadienis

Pietūs 10:30-13 val

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros Nr. | Išeiša | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|----------------|----------|-----------------------------|--------------|------------------|----------------------|
| | | | Baltymai | Riebalai | Anglia-vandeniai | |
| Šviežių kopūstų sriuba(tausojantis/augalinis) | 8 | 150 | 2,16 | 2,80 | 6,19 | 55,50 |
| Maltas paukštienos šnicelis (tausojantis) | 25 | 80 | 19,79 | 8,40 | 6,08 | 177,54 |
| Virti griekiai (augalinis, tausojantis) | 52 | 80 | 3,72 | 0,76 | 20,72 | 108,38 |
| Švieži agurkai, pomidorai, morkos | 2 | 20/20/20 | 0,56 | 0,12 | 3,36 | 16,28 |
| Duona | 4 | 40 | 2,96 | 0,52 | 20,52 | 86,80 |
| Vanduo | | 200 | | | | |
| Vaisius | 88 | 100 | 0,53 | 0,00 | 12,87 | 53,56 |
| Iš viso: | | | 29,72 | 12,60 | 69,74 | 498,06 |

PARENGĖ

UAB "ANOLIJA" UAB „Anolija“
Direktorė
Aliona Milonė



TVIRTINU

Vilniaus "Taikos" progimnazijos
Direktorė Vaida Abramonienė

2 savaitė (6-10 metų mokiniai)
Ketvirtadienis

Pietūs 10:30-13 val

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|----------------|--------|-----------------------------|--------------|-----------------|----------------------|
| | | | Baltymai | Riebalai | Angliavandeniai | |
| Barščių sriuba su bulvėmis (tausojantis/augalinis) | 1 | 150 | 1,42 | 4,23 | 11,56 | 85,65 |
| Keptos paukštinės blauzdelė (tausojantis) | A-2 | 80 | 19,56 | 13,87 | 0,67 | 204,63 |
| Virti ryžiai (tausojantis) | 50 | 80 | 2,08 | 0,18 | 22,95 | 95,94 |
| Raugintų kopūstų salotos (augalinis) | 8 | 100 | 0,80 | 10,01 | 7,35 | 119,76 |
| Duona (juoda) | 4 | 20 | 1,48 | 0,26 | 10,26 | 43,40 |
| Vanduo | | 200 | | | | |
| Vaisius | 88 | 100 | 0,53 | 0,00 | 12,87 | 53,56 |
| Iš viso: | | | 25,87 | 28,55 | 65,66 | 602,94 |

Penktadienis

Pietūs 10:30-13 val

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|----------------|--------|-----------------------------|--------------|-----------------|----------------------|
| | | | Baltymai | Riebalai | Angliavandeniai | |
| Pieniška ryžių kruopų sriuba (tausojantis) | 97 | 150 | 3,64 | 3,40 | 11,81 | 92,36 |
| Keptas žuvies maltinis (tausojantis) | 37 | 85 | 19,32 | 7,57 | 5,62 | 168,12 |
| Bulvių košė | 2 | 80 | 1,80 | 3,03 | 12,95 | 85,40 |
| Burokėlių salotos su žirneliais (augalinis) | 16 | 100 | 2,56 | 14,55 | 12,90 | 177,97 |
| Duona (juoda) | 4 | 20 | 1,48 | 0,26 | 10,26 | 43,40 |
| Vanduo | | 200 | | | | |
| Vaisius | 88 | 100 | 0,53 | 0,00 | 12,87 | 53,56 |
| Iš viso: | | | 29,33 | 28,81 | 66,41 | 620,81 |

PARENGĖ
UAB "ANOLIJA"

UAB „Anolija“
Direktorė
Aliona Milonavičiūtė



TVIRTINU
Vilniaus "Taikos" progimnazijos
Direktorė Vaida Abramoniene

3 savaitė (6-10 metų mokiniai)
Pirmadienis

Pietūs 12-13 val

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros Nr. | Išeiška | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|----------------|---------|-----------------------------|--------------|-----------------|----------------------|
| | | | Baltymai | Riebalai | Angliavandeniai | |
| Pieniška grikių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis) | 26 | 150 | 5,16 | 5,48 | 15,80 | 131,87 |
| Vištienos plovos (tausojantis) | 3 | 150 | 19,28 | 9,66 | 28,61 | 270,17 |
| Burokėlių salotos (augalinis) | 58 | 100 | 1,78 | 4,98 | 9,65 | 96,73 |
| Duona (juoda) | 4 | 20 | 1,48 | 0,26 | 10,26 | 43,40 |
| Vanduo | | 200 | | | | |
| Vaisius | 88 | 100 | 0,53 | 0,00 | 12,87 | 53,56 |
| Iš viso: | | | 28,23 | 20,38 | 77,19 | 595,73 |

Antradienis

Pietūs 10:30-13 val

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros Nr. | Išeiška | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|----------------|---------|-----------------------------|--------------|-----------------|----------------------|
| | | | Baltymai | Riebalai | Angliavandeniai | |
| Žirnių-perlinių kruopų sriuba (tausojantis) | 14 | 150 | 3,63 | 3,33 | 14,19 | 93,47 |
| Kalakutienos šlaunelių mėsos troškiny su konservuotais kukurūzais, morkomis ir paprikomis (tausojantis) | 10-5/102T | 100 | 14,91 | 4,92 | 9,35 | 169,71 |
| Virti makaronai (tausojantis) | 6 | 100 | 3,81 | 3,40 | 26,56 | 155,41 |
| Daržovių salotos su aliejumi (augalinis) | 50 | 100 | 1,38 | 6,72 | 6,26 | 91,34 |
| Duona (juoda) | 4 | 20 | 1,48 | 0,26 | 10,26 | 43,40 |
| Vanduo | | 200 | | | | |
| Vaisius | 88 | 100 | 0,53 | 0,00 | 12,87 | 53,56 |
| Iš viso: | | | 25,74 | 18,63 | 79,49 | 606,89 |

Trečiadienis

Pietūs 10:30-13 val

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros Nr. | Išeiška | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|----------------|---------|-----------------------------|--------------|-----------------|----------------------|
| | | | Baltymai | Riebalai | Angliavandeniai | |
| Rūgštynių sriuba (tausojantis/augalinis) | 8 | 150 | 2,97 | 6,96 | 13,08 | 121,73 |
| Keptas vištienos maltinis (tausojantis) | 39/48 | 75 | 18,87 | 4,67 | 7,03 | 128,66 |
| Virti griekiai (tausojantis) | 52 | 100 | 4,65 | 1,00 | 23,10 | 118,50 |
| Kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais (augalinis) | 2 | 100 | 1,07 | 9,57 | 4,47 | 101,55 |
| Duona | 4 | 40 | 2,96 | 0,52 | 20,52 | 86,80 |
| Vanduo | | 200 | | | | |
| Vaisius | 88 | 100 | 0,53 | 0,00 | 12,87 | 53,56 |
| Iš viso: | | | 31,05 | 22,72 | 81,07 | 610,80 |

PARENGĖ
UAB "ANOLIJA"

UAB „Anolija“
Direktorė
Aliona Milonai



TVIRTINU
Vilniaus "Taikos" progimnazijos
Direktorė Vaida Abramoniene

3 savaitė (6-10 metų mokiniai)
Ketvirtadienis

Pietūs 10:30-13 val

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|--|----------------|--------|-----------------------------|--------------|------------------|----------------------|
| | | | Baltymai | Riebalai | Anglia-vandeniai | |
| Pupelių sriuba (Tausojantis/aušalinis) | S-2 | 150 | 4,23 | 2,79 | 15,92 | 95,40 |
| Troškinta paukštiena (tausojantis) | 21 | 70 | 12,31 | 13,51 | 1,57 | 175,70 |
| Virti ryžiai (tausojantis) | 50 | 100 | 2,60 | 0,23 | 26,69 | 119,93 |
| Konservuoti agurkai | 64 | 30 | 1,54 | 0,00 | 0,72 | 8,45 |
| Morkos | 33 | 25 | 0,25 | 0,05 | 2,18 | 10,15 |
| Duona | 1 | 20 | 1,48 | 26,00 | 10,26 | 43,40 |
| Vanduo | | 200 | | | | |
| Vaisius | 88 | 100 | 0,53 | 0,00 | 12,87 | 53,56 |
| Iš viso: | | | 22,94 | 42,58 | 70,21 | 506,59 |

Penktadienis

Pietūs 10:30-13 val

| Patiekalo pavadinimas | Receptūros Nr. | Išėiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energinė vertė, kcal |
|---|----------------|--------|-----------------------------|--------------|------------------|----------------------|
| | | | Baltymai | Riebalai | Anglia-vandeniai | |
| Pieniška perlinių kruopų sriuba (tausojantis) | 26 | 150 | 4,53 | 5,28 | 14,25 | 120,24 |
| Žuvies kepinukai (tausojantis) | 30 | 80 | 13,96 | 10,51 | 8,94 | 185,07 |
| Bulvių košė | 2 | 100 | 2,25 | 3,79 | 16,19 | 106,76 |
| Kopūstų salotos su morkomis ir porais (aušalinis) | 1 | 100 | 1,33 | 9,58 | 6,14 | 107,30 |
| Duona (juoda) | 4 | 20 | 1,48 | 0,26 | 10,26 | 43,40 |
| Vanduo | | 200 | | | | |
| Vaisius | 88 | 100 | 0,53 | 0,00 | 12,87 | 53,56 |
| Iš viso: | | | 24,08 | 29,42 | 68,65 | 616,33 |