



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktore Virginija Tumėnienė

2024-10-15 įsakymas Nr. V-191

1-3 metų vaikai

1 savaitė Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo energetinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis)	1-K	150	6,59	6,44	23,75	174,66
Uogienė/Šaldytos uogos	3P	20	0,08	0,04	13,40	84,60
Traputis (grikių)		15	1,74	0,45	9,63	35,10
Nesaldinta vaisinė arbata	1Gēr	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			8,81	7,33	59,78	347,36

Pietūs 11:30 val.

Trinta daržovių sriuba (tausojantis)	14Sr	120	1,56	2,18	9,26	62,05
Grietinė 30%		5	0,12	1,50	0,16	14,65
Duona su sėklomis	1Š	20	1,90	1,58	8,80	59,20
Žuvies (jūros lydeka) maltinis (tausojantis)	5A	80	14,81	7,88	4,92	149,65
Makaronai su daržovėmis (augalinos)	5(1)Gar	100	4,66	5,82	17,41	135,96
Marinuotų burokėlių salotos su agurkais ir žirneliais aliejus (augalinis)	2S	50	1,08	4,14	4,32	49,13
Pomidorai	10S	30	0,30	0,06	1,23	5,10
Vaisių sultys		150	0,00	0,00	16,50	66,00
Iš viso:			24,43	23,16	62,60	541,74

Vakarienė 15:30 val.

Makaronai su vištienos - daržovių padažu (tausojantis)	12M	105/30	13,85	4,94	32,63	237,44
Kefyras 2,5%		150	5,10	3,75	7,35	90,00
Iš viso:			18,95	8,69	39,98	327,44
Iš viso (dienos davinio):			52,19	39,18	162,36	1216,54

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktore Virginija Tumėnienė

2024-10-15 įsakymas Nr. V-191

1-3 metų vaikai

1 savaitė Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grikių košė su morkomis ir svogūnais (augalinis, tausojantis)	6K	150	5,04	4,23	27,72	166,12
Kakava su pienu	4G	150	2,86	2,19	11,80	76,35
Varškės užtepėlė (tausojantis)	13š	20	2,69	4,08	0,80	50,72
Traputis (kukurūzų)		20	1,84	1,12	13,12	72,80
Vaisius (bananai)		150	1,80	0,45	34,65	145,50
Iš viso:			14,23	12,07	88,09	511,49

Pietūs 11:30 val.

Barščių sriuba su grietine (tausojantis)	8Sr	100/3	1,03	2,62	7,13	52,92
Lietuviški šaltibarščiai	16sr	150/6	3,53	4,50	7,66	83,93
Duona su sėklomis	1š	20	1,90	1,58	8,80	59,20
Maltas kiaulienos pjausnys	28A	75	16,06	10,84	1,29	166,95
Virtos bulvės	1 Gar	70	1,46	0,07	13,36	42,12
Pomidorai-agurkai (augalinis)	8S	40	0,36	0,08	1,28	5,60
Pekino kopūsto salotos	4s	50	0,63	2,53	1,31	28,78
Arbata be cukraus		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso: (su šaltibarščiais)			23,94	19,60	33,70	386,58
Iš viso: (su barščiais)			24,97	22,22	40,83	439,50

Vakarienė 15:30 val.

Bulvių košė (tausojantis)	9/ K	150	3,40	3,83	24,54	130,18
Pienas 2,5%		100	3,40	2,50	4,90	56,00
Iš viso:			6,80	6,33	29,44	186,18
Iš viso (dienos davinio):			46,00	40,62	158,36	1137,17

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-10-15 įsakymas Nr. V-191

1-3 metų vaikai

1 savaitė Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Miežinių kruopų košė pagardinta sviestu (tausojantis)	2K	150	6,69	5,18	29,28	184,30
Kakava su cukrumi	4Gėr	150,00	2,93	2,19	11,80	76,35
Pik-Nik sūrio dešrelė		20	5,34	4,16	0,00	59,20
Vaisius (obuolys)		80	0,32	0,32	10,66	42,40
Iš viso:			15,28	11,85	51,74	362,25

Pietūs 11:30 val.

Daržovių sriuba (tausojantis)	1Sr	100	0,89	0,09	5,90	43,13
Grietinė 30%	9D	3	0,07	0,90	0,09	8,79
Duona su sėklomis	1Š	20	1,90	1,58	8,80	59,20
Kiauliena troškinta su padažu (tausojantis)	11A(1)	50/30	14,90	11,31	5,05	178,84
Virtos bulvės	1 Gar	70	1,46	0,07	13,36	59,13
Pomidorai	10S	30	0,30	0,06	1,23	5,10
Kopūstų salotos su agurkais	16S	50	0,64	4,10	2,29	45,42
Arbata be cukraus	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			20,16	18,11	36,72	399,61

Vakarienė 15:30 val.

Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	5 sr	150	5,32	4,88	18,26	138,92
Morkų užtepėlė (augalinis)	13,m	15	0,24	2,05	1,93	24,66
Duona su sėklomis		35	3,33	2,77	15,40	103,60
Iš viso:			8,89	9,70	35,59	267,18
Iš viso (dienos davinio):			44,33	39,66	124,05	1029,04

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktore Virginija Tumėnienė

2024-10-15 įsakymas Nr. V-191

1-3 metų vaikai

1 Savaitė

Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ryžių kruopų košė (tausojantis)	5K	150	5,96	2,38	29,66	167,88
Uogienė		20	0,06	0,00	14,18	54,20
Jogurtas 2,5%		125	2,80	9,10	2,50	71,00
Nesaldinta arbata	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			9,58	11,78	60,28	349,08

Pietūs 11:30 val.

Kopūstų sriuba (tausojantis)	10Sr	100	0,95	2,12	5,77	65,10
Grietinė 30%	9D	3	0,07	0,90	0,09	8,79
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,15	0,20	9,46	46,80
Bulvių plokštainis su kalakutiena	19Amilt	150	16,40	12,56	27,86	381,02
Grietinės-sviesto padažas	3-pad	20	0,40	8,63	0,51	81,15
Pomidorai	10S	30	0,30	0,06	1,23	5,10
Agurkai	6S	30	0,24	0,06	0,69	3,30
Vaisių sultys		150	0,00	0,00	16,50	66,00
Iš viso:			19,51	24,53	62,11	657,26

Vakarienė 15:30 val.

Virta pieniška dešrelė	13A	40	4,40	9,60	0,88	106,00
Daržovių traškinys (augalinis) (žirneliai, morkos bulvės)	15A	40	1,39	1,35	13,02	38,06
Nesaldinta arbata	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			5,79	10,95	13,90	144,06
Iš viso (dienos davinio):			34,88	47,26	136,29	1150,40

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojio r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-10-15 įsakymas Nr. V-191

1-3 metų vaikai

Isavaityė Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Penkių grūdų dribsnių košė (augalinis, tausojantis)	8K	150	4,11	2,99	26,12	141,26
Uogos ar vaisiai (sezoniniai, šaldyti)	1p	40	0,16	0,04	2,80	14,00
Arbata be cukraus	1 gėr	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Pik-Nik sūrio lazdelė		20	5,34	4,16	0,00	59,20
Vaisius		80	0,32	0,32	10,60	42,40
Iš viso:			9,93	7,51	39,52	256,86

Pietūs 11:30 val.

Žirnių sriuba (augalinis, tausojantis)	13Sr	100	3,42	2,25	12,77	81,35
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,16	0,20	9,46	46,80
Kepta vištienos blauzdelė (tausojantis)	8A	70	18,72	13,36	0,67	196,68
Morkų salotos	12s	60	0,72	4,11	5,78	56,48
Pomidorai	10S	30		0,06	1,23	26,64
Virti ryžiai su ciberžole	2G	50	1,58	0,07	13,77	64,08
Kompotas (obuolių, kriaušių) be cukraus	3gėr	150	0,12	0,12	3,90	15,90
Iš viso:			25,72	20,17	47,58	487,93

Vakarienė 15:30 val.

Lietiniai blynai	8milt	100	7,37	9,47	36,37	256,55
Uogienė	3p	15	0,06	0,03	10,05	40,65
Pienas	1Gėr	150	5,10	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			12,53	13,25	53,77	381,20
Iš viso (dienos davinio):			48,18	40,93	140,87	1125,99

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktore Virginija Tumėnienė

2024-10-15 įsakymas Nr. V-191

1-3 metų vaikai**2 savaitė Pirmadienis****Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kvietinių kruopų košė pagardinta sviestu (tausojantis)	3K	150	7,40	5,43	29,99	190,01
Pienas 2,5%		150	5,10	3,75	7,35	84,00
Sausainiai "Avižėlė/Belvita		10	0,75	1,50	6,70	44,60
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			13,65	11,08	57,04	371,61

Pietūs 11:30 val.

Barščių sriuba su grietine (tausojantis)	8Sr	150/4	1,31	3,78	9,09	71,17
Lietuviški šaltibarščiai	16sr	150/6	3,53	4,50	7,66	83,93
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,16	0,20	9,46	46,80
Kepti varškėčiai (tausojantis)	7 milt	75	12,54	7,80	15,07	184,38
Saldus grietinės padažas	4pad	15	0,28	3,06	7,95	59,11
Pjaustyti bananais su trintomis braškėmis	17 D	50//25	0,85	0,15	15,36	66,60
Vaisių sultys		150	0,00	0,00	16,50	66,00
Iš viso su šaltibarščiais:			18,36	15,71	72,00	506,82
Iš viso su barščiais:			19,67	19,49	81,09	577,99

Vakarienė 15:30 val.

Raudonųjų lešių troškiny su moliūgais(augalinis)	20milt	150	9,70	3,32	41,28	249,51
Arbata be cukraus	1gėrG	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,70	3,32	41,28	249,51
Iš viso (dienos davinio):			43,02	33,89	179,41	1199,11

Galima keisti įvairių gamyūrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-10-15 įsakymas Nr. V-191

1-3 metų vaikai**2 savaitė Antradienis****Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Penkių grūdų dribsnių košė (augalinis, tausojantis)	8K	150	4,11	2,99	26,12	141,36
Uogos ar vaisiai (sezoniniai, šaldyti)	1P	40	0,16	0,04	2,80	14,00
Pik-Nik sūrio dešrelė		20	5,34	4,16	0,00	59,20
Arbata be cukraus	1Gėr	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			10,01	7,59	41,92	267,56

Pietūs 11:30 val.

Pupelių sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis)	3Sr	100	3,95	2,28	13,63	80,99
Viso grūdo ruginė duona	1Š	30	1,74	0,30	14,19	70,20
Kiaulienos pjausnys (troškintas, tausojantis)	4A	75	14,11	20,14	4,29	243,45
Virtos bulvės	1 Gar	70	1,46	0,07	13,36	42,12
Pekino kopūsto salotos (augalinis)	4S	50	0,63	2,53	1,31	28,78
Pomidorų-agurkų salotos	8S	30	0,27	0,06	0,97	4,20
Vanduo						
Iš viso:			22,16	25,38	47,75	469,74

Vakarienė 15:30 val.

Apkepti makaronai su varške(tausojantis)	13,m	120	11,79	8,84	21,50	217,31
Grietinė 30%		10	0,24	3,00	0,31	29,30
Pienas 2,5%		150	5,10	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			17,13	15,59	29,16	330,61
Iš viso (dienos davinio):			49,30	48,56	118,83	1067,91

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-10-15 įsakymas Nr. V-191

1-3 metų vaikai

2 savaitė Trečiadienis Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis)	1K	150	6,59	6,44	23,75	174,66
Uogos ar vaisiai (sezoniniai, šaldyti)	1p	40	0,16	0,04	2,80	14,00
Pienas 2,5%		150	5,4	3,75	7,35	84,00
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	53,00
Jogurtas 2,5%		125	2,80	9,10	2,50	71,00
Iš viso:			12,55	10,63	46,90	325,66

Pietūs 11:30 val.

Žirnių sriuba (augalinis, tausojantis)	13Sr	100	3,42	2,25	12,77	81,35
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,16	0,20	9,46	46,80
Virtų bulvių cepelinai su varške (tausojantis)	16milt	200	14,04	7,43	50,35	318,35
Marinuoti agurkai	9 sal	30	0,36	0,00	1,35	5,40
Paprika	13s	40	0,52	0,20	2,64	11,60
Grietinė 30%	9D	15	0,36	4,50	0,47	43,85
Vaisių sultys (obuolių)		150	0,00	0,00	16,50	66,00
Iš viso:			19,86	14,58	93,54	573,35

Vakarienė 15:30 val.

Pieniška ryžių kruopų sriuba (tausojantis)	5Sr	150	4,51	4,80	17,48	127,42
Morkų užtepėlė (augalinis)	13,m	15	0,24	2,05	1,93	24,66
Duona su sėklomis		35	3,33	2,77	15,40	103,60
Iš viso:			8,08	9,62	34,81	255,68
Iš viso (dienos davinio):			40,49	34,83	175,25	1154,69

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktore Virginija Tumėnienė

2024-10-15 įsakymas Nr. V-191

1-3 metų vaikai**2 savaitė Ketvirtadienis****Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grikių košė su morkomis ir svogūnais (augalinis, tausojantis)	6K	150	5,04	4,23	27,72	166,12
Pienas 2,5%	10D	150	5,10	3,75	7,35	84,00
Javainis su spanguolėmis		25	1,38	2,00	17,95	97,75
Vaisius		150	1,80	0,45	34,65	145,50
Iš viso:			13,32	10,43	87,67	493,37

Pietūs 11:30 val.

Kopūstų sriuba (augalinis, tausojantis)	10Sr	100	0,95	2,12	5,77	42,85
Grietinė 30%	9D	3	0,07	0,90	0,09	8,79
Duona su sėklomis	1Š	20	1,90	1,58	8,80	59,20
Troškinta vištiena (tausojantis)	22A	50/20	12,31	13,51	1,57	175,70
Virtos bulvės	1 Gar	70	1,46	0,07	13,36	59,13
Marinuotų burokėlių, agurkų salotos	3S	50	1,53	2,35	3,86	46,74
Agurkas	6s	30	0,24	0,06	0,69	3,30
Vanduo						
Iš viso:			18,46	20,59	34,14	395,71

Vakarienė 15:30 val.

Bulvių-varškės voleliai (tausojantis)	3 milt	120	6,32	3,05	31,32	175,37
Grietinės- sviesto padažas	18 D	20	0,37	9,50	0,46	88,66
Arbata	1 gér	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			6,69	12,55	31,78	264,03
Iš viso (dienos davinio):			38,47	43,57	153,59	1153,11

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojis r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktore Virginija Tumėnienė

2024-10-15 įsakymas Nr. V-191

1-3 metų vaikai**2 savaitė Penktadienis****Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Manų kruopų košė pagardinta cinamonu (tausojantis)	14k	150/3	6,16	4,20	28,87	181,18
Kakava su pienu	4gėr	150	2,87	2,19	11,80	76,35
Grūdų traputis su varškės užtepu		10//20	3,27	1,57	7,99	58,74
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			12,70	8,36	61,66	369,27

Pietūs 11:30 val.

Trinta moliūgų sriuba (tausojantis)	15Sr	150	1,28	2,56	9,13	62,07
Grietinė 30%	9D	3	0,07	0,90	0,16	14,65
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,16	0,20	9,46	46,80
Žuvies maltas kepsnys(jūros lydeka)(tausojantis)	24A	75	14,51	5,99	4,05	130,27
Kieto grūdo makaronai su daržovėmis (augalinis)	9 Gar	50/50	4,66	5,82	17,42	135,96
Pomidorai	10 S	30	0,30	0,06	1,23	5,10
Troškintos daržovės	19A	25	0,62	5,63	1,28	59,90
Vanduo						
Iš viso:			22,60	21,16	42,73	454,75

Vakarienė 15:30 val.

Sklindžiai su obuoliais (tausojantis)	14m	100	7,21	12,94	38,42	293,94
Uogos/uogienė	3,p	15	0,06	0,03	10,05	40,65
Arbata be cukraus	1gėr	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			7,27	12,97	48,47	334,59
Iš viso (dienos davinio):			42,57	42,49	152,86	1158,61

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-10-15 įsakymas Nr. V-191

1-3 metų vaikai

3 savaitė Pirmadienis Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	13K	150	6,06	5,08	31,38	188,92
Uogos ir vaisiai (sezoniniai, šaldyti)	1P	40	0,16	0,04	2,80	14,00
Pienas 2,5%		150	5,10	3,75	7,35	84,00
Taputis (grikių)		10	1,16	0,30	6,42	23,40
Vaisius		150	0,60	0,60	19,50	79,50
Iš viso:			13,08	9,77	67,45	389,82

Pietūs 11:30 val.

Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	13Sr	100	3,42	2,25	12,77	81,35
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Kepti vištienos gabaliukai(tausojantis)	26A	75/20/20	24,09	6,20	9,46	185,17
Virti ryžiai su ciberžole	2Gar	60	2,20	0,10	19,13	89,00
Kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais	5S	50	0,53	2,40	1,88	37,19
Agurkai	6S	30	0,24	0,06	0,69	3,30
Vaisių sultys		150	0,30	0,30	15,00	60,00
Iš viso:			32,26	11,63	67,46	499,05

Vakarienė 15:30 val.

Pilno grūdo makaronai su daržovėmis(augalinis)	5milt	200	9,31	11,63	34,81	271,92
Arbata be cukraus	1Gér	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,31	11,63	34,81	271,92
Iš viso (dienos davinio):			54,65	33,03	169,72	1160,79

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-10-15 įsakymas Nr. V-191

1-3 metų vaikai**3 savaitė Antradienis****Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ryžių kruopų košė (tausojantis)	5K	150	5,96	2,38	29,66	167,88
Uogos ir vaisiai (sezoniniai, šaldyti)	1P	40	0,16	0,04	2,80	14,00
Kakava su cukrumi	4Gér	150	2,87	2,19	11,84	76,35
Pik-Nik sūrio dešrelė		40	10,68	8,32	0,20	118,40
Vaisius		100	1,20	0,30	23,10	97,00
Iš viso:			20,87	13,23	67,60	473,63

Pietūs 11:30 val.

Agurkinė sriuba (tausojantis)	2Sr	100	0,87	3,06	5,64	50,48
Grietinė 30%	9D	3	0,07	0,90	0,09	8,79
Duona su sėklomis	1Š	30	2,85	2,37	13,20	88,80
Kiaulienos maltinis (tausojantis)	16A	70	11,66	3,44	1,60	114,45
Virtos bulvės	G1	70	1,46	0,07	13,36	59,13
Troškintų daržovių mišinys (šaldytos) (augalinis)	19A	43	0,93	4,99	2,17	60,45
Daržovių salotos su paprika (augalinis)	21A	50,00	0,75	4,95	3,03	55,26
Vanduo						
Iš viso:			18,59	19,78	39,09	437,36

Vakarienė 15:30 val.

Lietiniai su varške (tausojantis)	11Milt	60/40	10,77	11,21	26,76	248,57
Grietinė 30%		15	0,36	4,50	0,47	43,95
Arbata be cukraus	1Gér	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Traputis (grikių)		15	1,74	0,45	9,63	35,10
Iš viso:			12,87	16,16	36,86	327,62
Iš viso (dienos davinio):			52,33	49,17	143,55	1238,61

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Dirėtorė Virginija Tumėnienė

2024-10-15 įsakymas Nr. V-191

1-3 metų vaikai

3 savaitė Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Miežinių kruopų košė (tausojantis)	2K	150	6,69	5,18	29,28	184,30
Pienas 2,5%		150	5,10	3,75	7,35	84,00
Sausainiai Avižėlė/Belvita		20	1,50	3,00	13,40	89,20
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	80,00
Iš viso:			13,69	12,33	63,03	437,50

Pietūs 11:30 val.

Trinta daržovių sriuba (tausojantis)	14Sr	150	2,07	3,24	11,97	84,47
Duona su sėklomis	1Š	30	2,85	2,37	13,20	88,80
Ryžių troškiny su kalakutienu(tausojantis)	17A	100/50	16,60	7,72	22,37	225,34
Virti makaronai su kiaušiena (tausojantis)	17(2)	50/50	17,41	7,63	17,82	209,09
Marinuoti agurkai	9S	30	0,84	0,00	0,39	4,80
Pekino kopūsto salotos	4S	50	0,63	2,53	1,31	28,78
Vanduo						
Ryžių troškiny su kalakutienu			22,99	15,86	49,24	432,19
Virti makaronai su kiaušiena			23,80	15,77	44,69	415,94

Vakarienė 15:30 val.

Skaldytų žirnių troškiny su bulvėmis(augalinis)	2Amilt	100	5,43	1,19	33,28	162,72
Kefyras 2,5%		150	5,10	3,75	7,35	90,00
Iš viso:			10,53	4,94	40,63	252,72
Iš viso (dienos davinio):			48,02	33,04	148,35	1106,16

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-10-15 įsakymas Nr. V-191

1-3 metų vaikai**3 savaitė Ketvirtadienis****Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Penkių grūdų dribsnių košė (augalinis, tausojantis)	8K	150	4,11	2,99	26,12	141,26
Uogos ir vaisiai (sezoniniai, šaldyti)	1P	15	0,06	0,03	10,05	40,65
Kakava su cukrumi	4Gėr	150	2,87	2,19	11,80	76,35
Jogurtas 2,5%		125	3,63	3,13	10,00	83,75
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			11,07	8,74	70,97	395,01

Pietūs 11:30 val.

Žirnių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	12Sr	100	3,42	2,25	12,77	81,35
Grietinė 30%	9D	3	0,07	0,90	0,09	8,79
Duona su sėklomis	1Š	30	2,85	2,37	13,20	88,80
Žuvies apkepas (lašiša) (tausojantis)	18A(1)	85	13,24	7,41	8,73	153,59
Kepta lašišos filė (jūros lydekos, folijoje, tausojantis)	18A	50	12,35	10,44	0,15	143,42
Virtos bulvės	1 Gar	50	1,04	0,05	9,52	42,12
Marunuoti burokėliai su agukais	3S	50	1,53	2,35	3,86	46,74
Pomidorai	10S	20	0,20	0,04	0,82	3,40
Vanduo						
Iš viso apkepas			22,35	15,37	48,99	424,79
Iš viso:			34,70	25,81	49,14	568,21

Vakarienė 15:30 val.

Pieniška pilno grūdo makaronų sriuba(tausojantis)	4Sr	150	5,32	4,88	18,26	138,92
Pilno grūdo duona su sviestu ir sūriu	4D	20//4//15	4,66	7,82	8,89	128,11
Iš viso:			9,98	12,70	27,15	267,03
Iš viso (dienos davinio):			55,75	47,25	147,26	1230,25

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-10-15 įsakymas Nr. V-191

1-3 metų vaikai**3 savaitė Penktadienis****Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grikių košė pagardinta sviestu (tausojantis)	6K	150	7,75	6,70	30,08	209,29
Pik-Nik sūrio dešrelė		20	5,34	4,16	0,00	118,40
Pienas	10D	150	5,10	3,75	7,35	84,00
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			18,59	15,01	50,43	464,69

Pietūs 11:30 val.

Kopūstų sriuba (tausojantis)	10Sr	100,00	0,95	2,12	5,77	42,85
Grietinė 30%	9D	3	0,07	0,90	0,09	8,79
Viso grūdo duona	1Š	20	1,15	0,20	9,46	46,80
Cepelinai su mėsa (kalakutiena)	14 milt	200	15,00	6,94	44,92	306,78
Grietinė 30%	9 D	15	0,36	4,50	0,47	43,95
Pomidorai	10Sal	40	0,40	0,08	1,64	6,80
Marinuoti agurkai	9Sal	40	1,12	0,00	0,52	6,40
Vaisių sultys		150	0,30	0,30	15,00	60,00
Iš viso:			19,35	15,04	77,87	522,37

Vakarienė 15:30 val.

Virta pieniška dešrelė	13A	60	6,60	14,40	1,32	159,60
Pomidorų padažas		5	0,08	0,01	1,20	5,25
Daržovių troškiny (augalinis) (žirneliai, morkos bulvės)	15A	80	2,77	2,70	13,02	76,13
Arbata be cukraus	1Gėr	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,45	17,11	15,54	240,98
Iš viso (dienos davinio):			47,39	47,16	143,84	1228,04

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-10-15 įsakymas Nr. V-191

1-3 metų vaikai

4 savaitė Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Perlinių kr, košė su morkomis ir svogūnais (augalinis, tausojantis)	4k	150	3,92	3,71	30,08	160,52
Pienas 2,5%	10D	100	3,60	2,50	4,90	56,00
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			7,92	6,61	47,98	269,52

Pietūs 11:30 val.

Kopūstų sriuba (tausojantis)	10Sr	100	0,95	2,12	5,77	42,85
Grietinė 30%	9D	3	0,07	0,90	0,09	8,79
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,16	0,20	9,46	46,80
Kiaulienos suktinukai su sūriu (tausojantis)	24A	50	12,82	19,54	2,15	234,93
Virtos bulvės	1G	50	1,15	0,05	9,52	42,12
Marinuotų burokėlių - agurkų - žirnelių salotos	2S	50	1,08	4,14	4,32	49,13
Vaisi sultys (obuolių)		150	0,00	0,00	16,50	66,00
Iš viso:			17,23	26,95	31,31	424,62

Vakarienė 15:30 val.

Kepti varškėčiai (tausojantis)	7milt	100	15,16	12,73	25,51	277,22
Grietinė 30%		5	0,12	1,50	0,16	14,65
Uogos/uogienė	3,p	20	0,08	0,04	13,40	54,20
Arbata be cukraus	1gėr	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			15,36	14,27	39,07	346,07
Iš viso (dienos davinio):			40,51	47,83	118,36	1040,21

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-10-15 įsakymas Nr. V-191

1-3 metų vaikai

4 savaitė Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo energetinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Makaronai su fermentiniu sūriu (tausojantis)	12K	150	10,17	8,37	59,30	267,69
Arbata be cukraus	1gēr	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Sausainiai Avižėlė/Belvita		20	1,50	3,00	13,40	89,20
Vaisius		100	0,76	0,30	13,94	56,00
Iš viso:			12,43	11,67	86,64	412,89

Pietūs 11:30 val.

Pupelių sriuba su daržpovėmis (tausojantis, augalinis)	3Sr	100	3,95	2,28	13,63	80,99
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,16	0,20	9,46	46,80
Varškės apkepas (tausojantis)	1Amilt	120	17,84	11,66	17,46	265,16
Grietinė 30%		10	0,24	3,00	0,31	29,30
Bananas/braškės	17D	50/25	0,85	0,15	12,80	55,50
Arbata be cukraus	1gēr	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			24,04	17,29	53,66	477,75

Vakarienė 15:30 val.

Viso grūdo miltų skryliai (tausojantis)	2milt	100	5,43	1,19	33,28	162,72
Grietinė 30%		15	0,36	4,50	0,47	43,95
Kefyras 2,5%		150	5,10	3,75	7,35	90,00
Iš viso:			10,89	9,44	41,10	296,67
Iš viso (dienos davinio):			47,36	38,40	181,40	1187,31

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktore Virginija Tumėnienė

2024-10-15 įsakymas Nr. V-191

1-3 metų vaikai

4 savaitė Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo energetinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis)	1K	150	6,59	6,44	23,75	174,66
Vaisiai/šaldytos uogos	1p	40	0,16	0,04	2,80	14,00
Arbata be cukraus	1gėr	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Morkų užtepėlė (augalinis)	13,m	15	0,24	2,05	1,93	24,66
Duona su sėklomis		35	3,33	2,77	15,40	103,60
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			10,72	11,70	56,88	369,92

Pietūs 11:30 val.

Trinta moliūgų sriuba (tausojantis)	15Sr	150	1,28	2,56	9,13	62,07
Grietinė 30%	9D	3	0,07	0,90	0,10	8,79
Duona su sėklomis	1Š	20	1,90	1,58	8,80	59,20
Kiaulienos maltinis su ryžiais ir kopūstais (tausojantis)	14A	70	10,55	13,47	3,52	176,80
Virtos bulvės	1 Gar	70	1,46	0,07	13,36	59,13
Pekino kopūsto salotos	4S	50	0,63	2,53	1,31	28,78
Marinuoti agurkai	9S	30	0,84	0,00	0,39	4,80
Vaisių sultys		150	0,00	0,00	11,00	44,00
Iš viso:			16,73	21,11	47,61	443,57

Vakarienė 15:30 val.

Miltiniai blynai	8milt	75	4,47	9,25	21,69	185,23
Uogienė	3P	20	0,08	0,04	13,40	54,20
Pienas 2,5%		150	5,40	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			9,95	13,04	42,44	323,43
Iš viso (dienos davinio):			37,40	45,85	146,93	1136,92

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-10-15 įsakymas Nr. V-191

1-3 metų vaikai

4 savaitė Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo energetinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grikių košė su morkomis ir svogūnais (augalinis, tausojantis)	6K	150	5,04	4,23	34,65	166,12
Kakava su cukrumi	4Gėr	200	3,82	2,93	15,78	101,80
Traputis (grikių)		20	2,32	0,60	12,84	46,80
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			11,58	8,16	76,27	367,72

Pietūs 11:30 val.

Barščiai su pupelėmis (tausojantis)	9 Sr	100	1,79	2,16	9,10	58,29
Grietinė 30%	9D	3	0,07	0,90	0,09	8,79
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,16	0,20	9,46	46,80
Blynėliai su varške(tausojantis)	1(1) mi	100/50	18,15	12,14	36,72	326,38
Bananas/braškės	17D	60/30	1,02	0,18	15,36	66,60
Grietinės- sviesto padažas	18 D	20	0,37	9,50	0,46	88,66
Vanduo						
Iš viso:			22,56	25,08	71,19	595,52

Vakarienė 15:30 val.

Pieniška ryžių kruopų sriuba (tausojantis)	5milt	150	4,51	4,80	17,48	127,42
Duona su sviestu ir sūriu	1D	30//5//20	6,46	10,21	13,28	170,10
Iš viso:			10,97	15,01	30,76	297,52
Iš viso (dienos davinio):			45,11	48,25	178,22	1260,76

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktore Virginija Tumėnienė

2024-10-15 įsakymas Nr. V-191

1-3 metų vaikai

4 savaitė Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga, g	Patiekalo energetinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Penkių grūdų dribsnių košė (augalinis, tausojantis)	8K	150	4,11	2,99	26,12	141,26
Smulkinti bananai su braškėmis	17D	50/25	0,85	0,15	12,80	55,50
Kakava su cukrumi	4Gėr	150	2,87	2,19	11,80	76,35
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			8,23	5,73	63,72	326,11

Pietūs 11:30 val.

Kruopų (perlinių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)	11Sr	100	0,52	1,89	4,20	35,70
Duona su sėklomis	1Š	20	1,90	1,58	8,80	59,20
Maltas vištienos kepsnys (tausojantis)	26A	50	12,34	5,13	4,75	114,24
Grietinės-pomidorų padažas	19 D	10	0,27	1,75	1,08	20,99
Grikiai su daržovėmis (augalinis)	8 G	25/25	2,25	5,47	16,03	102,94
Marinuoti žirneliai	7 S	30	1,32	0,01	3,75	20,70
Marinuotų burokėlių - agurkų salotos	3S	50	1,53	2,35	3,86	46,71
Vaisių sultys		200	0,00	0,00	22,00	88,00
Iš viso:			20,13	18,18	64,47	488,48

Vakarienė 15:30 val.

Virtas kiaušinis su duona ir sviestu (omletas su žirneliais)	3milt	54/5//30	9,53	12,82	13,62	210,78
Kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais	5S	50	0,53	2,40	1,88	37,19
Arbata be cukraus	1Gėr	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			10,06	15,22	15,50	247,97
Iš viso (dienos davinio):			38,42	39,13	143,69	1062,56

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-10-15 įsakymas Nr. V-191

Vienos dienos maistinė vertė 1-3 metų vaikams lankantiems Balsių pagrindinės mokyklos Klovainių ikimokyklinio ugdymo skyrių

Dienos	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai iš viso	Energinė vertė, kcal
1 savaitė, pirmadienis	52,19	39,18	162,36	1216,54
1 savaitė, antradienis	46,00	40,62	158,36	1137,17
1 savaitė, trečiadienis	44,33	39,66	124,05	1029,04
1 savaitė, ketvirtadienis	48,18	40,93	140,87	1125,99
1 savaitė, penktadienis	34,88	47,26	136,29	1150,40
2 savaitė, pirmadienis	43,02	33,89	179,41	1199,11
2 savaitė, antradienis	49,30	48,56	118,83	1067,91
2 savaitė, trečiadienis	40,49	34,83	170,81	1140,97
2 savaitė, ketvirtadienis	38,47	43,57	153,59	1153,11
2 savaitė, penktadienis	42,57	42,49	152,86	1158,61
3 savaitė, pirmadienis	54,65	33,03	169,72	1160,79
3 savaitė, antradienis	52,33	49,17	143,55	1238,61
3 savaitė, trečiadienis	48,02	33,04	148,35	1106,16
3 savaitė, ketvirtadienis	55,75	47,25	147,26	1230,25
3 savaitė, penktadienis	47,39	47,16	143,84	1228,04
4 savaitė, pirmadienis	47,36	38,04	181,40	1187,31
4 savaitė, antradienis	40,51	47,83	118,36	1040,21
4 savaitė, trečiadienis	37,40	45,85	146,93	1136,92
4 savaitė, ketvirtadienis	45,11	48,25	178,22	1260,76
4 savaitė, penktadienis	38,42	39,13	143,69	1062,56
Viso:	906,37	839,74	3018,75	23030,46

20- ties dienų valgiaraštis sudarytas remiantis svetaine <http://foodbsse.azurewebsite.net> maisto bazės produktų maistinėmis vertėmis, Šiaulių miesto ikimokyklinio ugdymo valgiaraščiais, A. Bičiūšienės "Perspektyviniai valgiaraščiai.", pavizdinių ikimokyklinių vaikų ugdymo įstaigų 20 dienų perspektyvinių valgiaraščių ir patiekalų receptūrų rinkiniu, [www. Smlpe.lt/lt/mityba](http://www.Smlpe.lt/lt/mityba) ir fizinis aktyvumas/rekomenduojamieji perspektyviniai valgiaraščiai.

Technologinės kortelės yra pakoreguotos pagal Rekomenduojamas paros maistinių medžiagų ir energijos normas, patvirtintas Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2016 m. birželio 23 d. Įsakymą Nr. V-836" Dėl Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 1999 m. lapkričio 25 d. įsakymo Nr. 510" Dėl Rekomenduojamų paros maistinių medžiagų ir energijos normų tvirtinimo pakeitimas".

Sudarant valgiaraščius neįvardintas maistinių medžiagų išlikimo koeficientas.

Esant prekių kiekiui, pristatymo sutrikimams, karantino, ligos, techninių gedimų, vandens tiekimo gedimams vaikų maitinimo menių galimi pakeitimai.