



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktore Virginija Tumėnienė

2024-04-30 įsakymas Nr. V-99

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

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo energetinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis)	1-K	100	4,39	4,29	15,83	116,44
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	1Gėr	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			6,61	5,18	51,86	289,14

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
Virtos bulvės	1Gar	50	1,04	0,05	9,52	42,12
Marinuotų burokėlių salotos su agurkais ir žirmeliais 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:			20,81	17,39	54,71	447,90

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):			46,37	31,26	146,55	1064,48

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-04-30 įsakymas Nr. V-99

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

2024-04-30 įsakymas Nr. V-99

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 kruopų sriuba (tausojantis)	5milt	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
Arbata be cukraus	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			8,08	9,62	34,81	255,68
Iš viso (dienos davinio):			43,52	39,58	123,27	1017,54

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-04-30 įsakymas Nr. V-99

1-3 metų vaikai

Isavitė Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Penkių grūdų dribsnių košė (tausojantis)	8K	150	6,41	5,54	25,61	172,92
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:			12,23	10,06	39,01	288,52

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	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):			50,48	43,48	140,36	1157,65

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-04-30 įsakymas Nr. V-99

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

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, 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.

Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	13Sr(1)	100	1,46	3,84	6,81	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
Varškės apkepąs (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
Vaisių sultys		150	0,00	0,00	16,50	66,00
Iš viso:			21,61	19,75	63,43	536,65

Vakarienė 15:30 val.

Virta pieniška dešrelė	13A	60	6,60	14,40	1,32	159,60
Daržovių traškinyš (augalinis) (žirneliai, morkos bulvės)	15A	40	1,39	1,35	13,02	38,07
Pienas 2,5%	5G	100	3,40	2,50	4,90	56,00
Iš viso:			11,39	18,25	19,24	253,67
Iš viso (dienos davinio):			42,58	49,78	142,95	1139,40

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-04-30 įsakymas Nr. V-99

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

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, 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
Kepta vištienos filė (tausojantis)	25A (1)	50	12,25	3,52	4,41	98,52
Virtos bulvės	1 Gar	50	1,04	0,05	9,52	42,12
Pomidorai		30	0,36	0,08	1,28	5,60
Kopūšų salotos su morkomis	11s	50	0,64	3,09	2,90	37,80
Vaisių sultys		150	0,00	0,00	16,50	66,00
Iš viso su šaltibarščiais:			18,98	11,44	51,73	380,77
Iš viso su barščiais:			20,29	15,22	60,82	451,94

Vakarienė 15:30 val.

Virti varškėčiai (tausojantis)	5 milt	120	16,41	8,10	28,42	250,86
Grietinė 30%		10	0,12	3,00	0,31	58,60
Arbata be cukraus	1gėrG	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			16,53	11,10	28,73	309,46
Iš viso (dienos davinio):			50,47	37,40	146,59	1133,01

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-04-30 įsakymas Nr. V-99

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

2024-04-30 įsakymas Nr. V-99

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
Pilno grūdo duona su sviestu	2Š	30//6	2,26	5,44	12,89	114,54
Iš viso:			6,77	10,24	30,37	241,96
Iš viso (dienos davinio):			39,18	35,45	170,81	1140,97

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-04-30 įsakymas Nr. V-99

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	
Manų kruopų košė pagardinta cinamonu (tausojantis)	14k	150/3	6,16	4,20	28,87	181,18
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:			14,44	10,40	88,82	508,43

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.

Daržovių troškiny su pupelėmis (augalinis, tausojantis)	16milt	60/60	7,85	4,61	22,40	141,34
Kefyras 2,5%	10D	100	3,40	2,50	4,90	60,00
Iš viso:			7,85	4,61	22,40	141,34
Iš viso (dienos davinio):			40,75	35,60	145,36	1045,48

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-04-30 įsakymas Nr. V-99

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	
Grikių košė su morkomis ir svogūnais (augalinis, tausojantis)	6K	150	5,04	4,23	27,72	166,12
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:			11,58	8,39	60,51	354,21

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 maltinis (jūros lydeka) (tausojantis)	5A	60	9,79	5,98	4,96	112,62
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:			17,88	21,15	43,64	437,10

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):			36,73	42,51	152,62	1125,90

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-04-30 įsakymas Nr. V-99

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	
Ryžių kruopų košė (tausojantis)	5K	150	5,96	2,38	29,66	167,88
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:			12,82	7,03	62,93	354,78

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
Maltas vištienos/kakakutienos kukulis (tausojantis)	26A(1)	50	12,71	3,06	2,03	84,49
Grietinės padažas	20,D	20	0,41	3,86	1,27	42,24
Virtos bulvės	1Gar	70	1,46	0,07	13,36	59,13
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:			20,55	12,32	55,53	410,74

Vakarienė 15:30 val.

Bulvių voleliai su varške (tausojantis)	3milt	120	6,32	3,05	31,32	175,37
Grietinė 30% - sviesto 82% padažas	18D	30	0,55	14,26	0,70	133,00
Arbata be cukraus	1Gér	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			6,87	17,31	32,02	308,37
Iš viso (dienos davinio):			40,24	36,66	150,48	1073,89

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-04-30 įsakymas Nr. V-99

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	
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
Kakava su cukrumi	4Gėr	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:			20,97	15,93	69,32	494,67

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
Agurkų-pomidorų salotos	8S	30	0,27	0,06	0,97	4,20
Vanduo						
Iš viso:			18,11	14,89	37,03	386,30

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	1Gėr	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):			51,95	46,98	143,21	1208,59

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-04-30 įsakymas Nr. V-99

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
Kiaulienos troškinytis su ryžiais (tausojantis)	17A	100/50	15,94	9,34	22,17	236,71
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						
Iš viso:			22,33	17,48	49,04	443,56

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
Arbata be cukraus	1gēr	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			5,79	5,69	33,75	206,67
Iš viso (dienos davinio):			41,81	35,50	145,82	1087,73

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-04-30 įsakymas Nr. V-99

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
Marinuoti 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

2024-04-30 įsakymas Nr. V-99

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

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, 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.

Barščiai su pupelėmi (tausojantis)	9Sr	100	1,79	2,16	9,10	58,29
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:			20,19	15,08	81,20	537,81

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	1Gér	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,45	17,11	15,54	240,98
Iš viso (dienos davinio):			48,23	47,20	147,17	1243,48

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-04-30 įsakymas Nr. V-99

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
Žuvies kepinukai (tausojantis)	6A	75	13,08	9,77	8,81	247,76
Grietinės padažas	20D	20	0,42	3,87	1,29	41,61
Virtos bulvės	1 Gar	50	1,15	0,05	9,52	42,12
Kopūsių salotos su agurkais	16S	50	0,64	4,09	2,29	44,78
Pomidorai	10S	30	0,30	0,06	1,23	5,10
Arbata be cukraus	1gēr	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			20,70	20,32	46,23	509,16

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):			44,02	41,43	173,97	1218,72

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-04-30 įsakymas Nr. V-99

1-3 metų vaikai

4 savaitė Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga, 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.

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
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:			17,15	27,89	31,18	432,25

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):			40,43	48,77	118,23	1047,84

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-04-30 įsakymas Nr. V-99

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	1gēr	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Jogurtas 2,5%		125	3,63	3,13	10,00	83,75
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			10,78	10,01	49,55	325,41

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):			37,46	44,16	139,60	1092,41

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-04-30 įsakymas Nr. V-99

1-3 metų vaikai**4 savaitė Ketvirtadienis****Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga, 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	4Gér	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
Virtų bulvių-varškės kukulaičiai (tausojantis)	17 milt	150	11,57	6,43	38,01	244,95
Pomidorų-agurkų salotos	8S	50	0,45	0,10	1,62	7,00
Grietinė 30%		15	0,36	4,50	0,47	43,95
Vanduo						
Iš viso:			15,40	14,29	58,75	409,78

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	176,10
Iš viso:			10,97	15,01	30,76	303,52
Iš viso (dienos davinio):			37,95	37,46	165,78	1081,02

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

2024-04-30 įsakymas Nr. V-99

1-3 metų vaikai**4 savaitė Penktadienis****Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, 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
Grikių 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
Arbata be cukraus	1Gėr	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			9,53	12,82	13,62	210,78
Iš viso (dienos davinio):			37,89	36,73	141,81	1025,37

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.



TVIRTINU

Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė

Vienos dienos maistinė vertė 1-3 metų vaikams lankantiems Balsi 2024-04-30 įsakymas Nr. V-99 mokyklos Klovainių ikimokyklinio ugdymo skyrių

Dienos	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai iš	Energinė vertė,kcal
1 savaitė,pirmadienis	46,37	31,26	146,55	1064,48
1 savaitė,antradienis	46,00	40,62	158,36	1137,17
1 savaitė,trečiadienis	43,52	39,58	123,27	1017,54
1 savaitė,ketvirtadienis	50,48	43,48	140,36	1157,65
1 savaitė,penktadienis	42,58	49,78	142,95	1139,40
2 savaitė,pirmadienis	50,47	37,40	146,59	1133,01
2 savaitė,antradienis	49,30	48,56	118,83	1067,91
2 savaitė,trečiadienis	39,18	35,45	170,81	1140,97
2 savaitė,ketvirtadienis	40,75	35,60	145,36	1045,48
2 savaitė,penktadienis	36,73	42,51	152,62	1125,90
3 savaitė,pirmadienis	40,24	36,66	150,48	1073,39
3 savaitė,antradienis	51,95	46,98	143,21	1208,59
3 savaitė,trečiadienis	41,81	35,50	145,82	1087,73
3 savaitė,ketvirtadienis	55,75	47,25	147,26	1230,25
3 savaitė,penktadienis	48,23	47,20	147,17	1243,48
4 savaitė,pirmadienis	44,02	41,43	173,97	1218,72
4 savaitė,antradienis	40,43	48,77	118,23	1047,84
4 savaitė,trečiadienis	37,46	44,16	139,60	1092,41
4 savaitė,ketvirtadienis	37,95	37,46	165,78	1081,02
4 savaitė,penktadienis	37,89	36,73	141,81	1025,37
Viso:	881,11	826,38	2919,03	22338,31

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 2016m. birželio 23d. 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.