TVIRTINU
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
Direktorė Virginija Tumėnienė
2026-01-02 įsakymas Nr. V-1

4-6 metų vaikai

1 savaitė Pirmadienis **Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Miežinių kruopų košė pagardinta sviestu (tausojantis)	2K	180	7,55	6,32	33,33	213,28
Kakava su cukrumi	4Gėr	200,00	3,82	2,93	15,80	101,80
Vaisius		100	0,40	0,40	13,33	53,00
Iš viso:			**11,77**	**9,65**	**62,46**	**368,08**

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
Virtos bulvės	1G	50	1,07	0,07	9,57	42,60
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,16	0,20	9,46	46,80
Kepti varškėčiai (tausojantis)	7 milt	150	25,09	15,59	30,14	368,77
Grietinės sviesto padažas	3pad	30	0,55	14,26	0,70	133,00
Pjaustyti bananais su trintomis braškėmis	17 D	50//25	0,85	0,15	15,36	66,60
Vaisių sultys		200	0,00	0,00	22,00	84,00
Šaltibarščiai Iš viso:			31,18	34,70	85,32	783,10
Barščiai Iš viso:			**28,96**	**33,98**	**86,75**	**770,34**

Vakarienė 15:30 val.

Raudonųjų lęšių makaronai su daržovėmis(augalinis)	9(2)	200	17,68	7,95	38,40	305,45
Kefyras 2,5%		150	5,10	3,75	7,35	90,00
Iš viso:			**22,78**	**11,70**	**45,75**	**395,45**
Iš viso (dienos davinio):			**63,51**	**55,33**	**194,96**	**1533,87**

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.

TVIRTINU
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
Direktorė Virginija Tumėnienė
2026-01-02 įsakymas Nr. V-1

4-6 metų vaikai

1 savaitė Antradienis **Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grikių košė su morkomis ir svogūnais (augalinis, tausojantis)	6K	180	6,30	5,54	34,65	209,86
Varškės užtepėlė (tausojantis)	13š	20	2,69	4,08	0,80	50,72
Traputis (kukurūzų)		30	2,76	1,68	19,68	109,20
Kakava su pienu	4G	150	2,86	2,19	11,80	76,35
Vaisius (bananai)		150	1,80	0,45	34,65	145,50
Iš viso:			**16,41**	**13,94**	**101,58**	**591,63**

Pietūs 11:30 val

Trinta daržovių sriuba (tausojantis)	14Sr	150	2,07	3,24	11,97	84,47
Grietinė 30%		5	0,12	1,50	0,16	14,65
Juoda duona	1Š	30	1,74	0,45	14,10	69,60
Maltas kiaulienos pjausnys	28A	75	16,06	10,84	1,29	166,95
Grietinės padažas	20D	0,10	0,21	1,93	0,64	20,99
Virtos bulvės	1 Gar	80	1,66	0,08	15,19	67,23
Pomidorų - agurkų salotos (augalinis)	8S	40	0,36	0,08	1,28	5,60
Pekino kopūsto salotos	4S	100	1,26	5,06	2,62	57,56
Arbata be cukraus	1G	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			**23,27**	**21,25**	**46,61**	**466,06**

Vakarienė 15:30 val.

Bulvių košė (tausojantis)	9 /K	200	4,52	5,10	32,72	173,57
Pik Nik sūrio lazdelė		20	5,34	4,16	0,00	59,20
Pienas 2,5%		200	6,80	5,00	9,80	112,00
Iš viso:			**16,66**	**14,26**	**42,52**	**344,77**
Iš viso (dienos davinio):			**56,34**	**49,45**	**190,71**	**1402,46**

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.

TVIRTINU
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
Direktorė Virginija Tumėnienė
2026-01-02 įsakymas Nr. V-1

4-6- metų vaikai

1savaitė Trečiadienis **Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Penkių grūdų dribsnių košė (augalinis)	8K	180	5,00	4,21	31,77	176,82
Uogos ar vaisiai (sezoniniai, šaldyti)	1P	50	0,20	0,05	3,50	17,50
Arbata be cukraus	1Gėr	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius		200	1,52	0,60	27,88	112,00
Pik-Nik sūrio lazdelė		20	5,34	4,16	0,00	59,20
Iš viso:			**12,06**	**4,86**	**63,15**	**365,52**

Pietūs 11:30 val.

Žirnių sriuba (augalinis, tausojantis)	3Sr	150	4,53	3,33	16,69	109,69
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,16	0,20	9,46	46,80
Kepta vištienos blauzdelė (tausojantis)	8A	80	19,56	13,87	0,67	204,63
Grietinės padažas	20D	5	0,10	0,93	0,32	10,56
Morkų salotos	12s	60	0,72	4,11	5,78	56,48
Marinuoti žrnelai	7S	30	1,32	0,01	3,75	20,70
Virti ryžiai su ciberžole	2G	60	2,20	0,10	19,13	89,00
Arbata be cukraus	1Gėr	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			**29,59**	**22,55**	**55,80**	**537,86**

Vakarienė 15:30 val.

Lietiniai blynai	8milt	150	11,05	14,20	54,55	384,82
Uogienė	3,p	30	0,12	0,06	20,10	81,30
Pienas	1Gėr	150	5,40	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			**16,57**	**18,01**	**82,00**	**550,12**
Iš viso (dienos davinio):			**58,22**	**45,42**	**200,95**	**1453,50**

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.

TVIRTINU
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos

Direktorė Virginija Tumėnienė
2026-01-02 įsakymas Nr. V-1

4-6 metų vaikai
1 Savaitė
Ketvirtadienis **Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ryžių kruopų košė (tausojantis)	5K	180	6,92	2,66	35,50	198,40
Uogienė		30	0,09	0,00	21,27	81,30
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		150	1,14	0,45	20,91	84,00
Iš viso:			**10,95**	**12,21**	**80,18**	**434,70**

Pietūs 11:30 val

Kopūstų sriuba (tausojantis)	10Sr	150	1,43	8,66	6,81	65,10
Grietinė 30%	9D	5	0,12	1,50	0,16	14,65
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	30	0,60	12,94	0,77	121,72
Pomidorai	10S	30	0,30	0,06	1,23	5,10
Agurkai	6S	30	0,24	0,06	0,69	3,30
Obuolių sultys		200	0,05	0,05	0,20	84,00
Iš viso:			**20,29**	**36,03**	**47,18**	**721,69**

Vakarienė 15:30 val.

Pieniška kieto grūdo makaronų sriuba(tausojantis)	4 sr	180	6,65	6,38	22,83	175,51
Morkų užtepėlė(augalinis)	13 d	15	0,24	2,05	1,93	24,66
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	2,32	0,60	18,80	92,80
Iš viso:			**9,21**	**9,03**	**43,56**	**292,97**
Iš viso (dienos davinio):			**40,45**	**57,27**	**170,92**	**1449,36**

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.

PATVIRTINU
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
Direktorė Virginija Tumėnienė
2026-01-02 įsakymas Nr. V-1

4-6 metų vaikai

1 savaitė Penktadienis **Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo energetinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avižinių dribsnių košė (su aliejumi) (augalinis)	1-K	180	5,26	2,56	28,98	152,91
Uogienė/Šaldytos uogos	3P	30	0,09	0,00	22,38	84,60
Traputis (grikių)		15	1,74	0,45	9,63	35,10
Pienas 2,5%		150	5,40	3,75	7,35	84,00
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			**12,89**	**7,16**	**81,34**	**409,61**

Pietūs 11:30 val.

Pupelių sriuba su daržovėmis (žirniais) (tausojantis, augalinis)	3Sr	150	5,26	3,38	18,07	110,36
Grietinė 30%		5	0,12	1,50	0,16	14,65
Juoda duona	1Š	30	1,74	0,45	14,10	69,60
Žuvies (šamas/jūros lydeka) maltinis (tausojantis)	5A(1)	80	14,81	9,83	4,92	169,15
Grietinės padažas	20D	0,10	0,32	1,93	0,64	20,99
Makaronai kieto grūdo	5Gar	100	4,10	0,10	28,80	136,42
Marinuotų burokėlių salotos su agurkais ir žirmeliais aliejus (augalinis)*	2 S	100	2,16	8,28	8,64	98,24
Pomidorai	10S	30	0,30	0,06	1,23	5,10
Arbata		0	0,00	0,00	0,00	0,00
Pupelių sr. Iš viso:			**28,49**	**23,60**	**75,92**	**603,52**

Vakarienė 15:30 val.

Virta pieniška dešrelė	13A	83	9,11	20,28	1,86	220,47
Pomidorų padažas		20	0,79	0,21	4,75	22,00
Daržovių traškinys (augalinis) (žirneliai, morkos bulvės)	21A	50	1,05	3,97	4,56	52,59
Arbata		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			**10,95**	**24,46**	**11,17**	**295,06**
Iš viso (dienos davinio):			**52,33**	**55,22**	**168,43**	**1308,19**

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus

TVIRTINU
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
Direktorė Virginija Tumėnienė
2026-01-02 įsakymas Nr. V-1

4-6 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	
Penkių grūdų dribsnių košė (augalinis, tausojantis)	8K	180	5,00	4,21	31,77	176,82
Uogos ar vaisiai (sezoniniai, šaldyti)	1P	40	0,16	0,00	2,80	14,00
Kakava su pienu	4Gėr	150	2,86	2,19	11,80	76,35
Pik-Nik sūrio dešrelė		20	5,34	4,16	0,00	59,20
Vaisius		100	0,40	0,20	13,00	53,00
Iš viso:			**13,76**	**10,76**	**59,37**	**379,37**

Pietūs 11:30 val.

Pupelių sriuba su daržovėmis (tausojantis, augalinis)	3Sr	150	5,26	3,38	18,07	110,36
Viso grūdo ruginė duona	1Š	30	1,74	0,45	14,10	69,60
Kiaulienos pjausnys (troškintas, tausojantis)	4A	75	14,11	20,14	4,29	243,45
Grietinės padažas	20D	20	0,40	3,72	1,28	42,24
Virtos bulvės	1 Gar	80	1,66	0,08	15,19	67,23
Pekino kopūsto salotos (augalinis)	3S	50	0,63	2,53	1,31	28,78
Pomidorų- agurkų salotos	8S	30	0,27	0,00	0,97	4,20
Vanduo						
Iš viso:			**24,07**	**30,30**	**55,21**	**565,86**

Vakarienė 15:30 val.

Apkepti makaronai su varške (tausojantis)	13m	180	17,57	12,42	31,49	314,89
Grietinė 30%		15	0,36	2,70	0,47	43,80
Pienas 2,5%		150	5,10	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			**23,03**	**18,87**	**39,31**	**442,69**
Iš viso (dienos davinio):			**60,86**	**59,93**	**153,89**	**1387,92**

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.

TVIRTINU
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
Direktorė Virginija Tumėnienė
2026-01-02 įsakymas Nr. V-1

4-6 metų vaikai

2 savaitė Antradienis **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	180	8,69	6,66	36,02	228,41
Arbata nesaldinta	1G	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Sausainiai / trapučiai		30	2,25	4,50	20,10	133,80
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			**11,34**	**11,56**	**69,12**	**415,21**

Pietūs 11:30 val.

Barščiai su grietine (tausojantis)	8Sr	150/4	1,31	3,78	9,09	71,17
Juoda duona	1Š	30	1,74	0,45	14,10	69,6
Kiaulienos maltinis su daržovėmis ir ryžiais (tausojantis)	14A	90	12,57	15,43	15,48	210,97
Grietinės - pomidorų padažo padažas	19D	20	0,54	3,50	2,16	41,98
Virtos bulvės	1Gar	80	1,66	0,08	0,08	67,23
Pomidorai	10S	30	0,30	0,06	1,23	5,1
Marinuoti burokėliai su agurkais	3S	100	3,06	4,7	7,72	93,48
Vanduo						
Iš viso :			**21,18**	**28,00**	**49,86**	**559,53**

Vakarienė 15:30 val.

Keptos bulvių puselės orkaitėje(augalinis)	21milt	200	4,12	3,20	58,80	193,38
Kefyras 2,5%		150	5,10	3,75	7,35	90,00
Pik Nik sūrio lazdelė		20	5,34	4,16	0,00	59,20
Iš viso:			**14,56**	**11,11**	**66,15**	**342,58**
Iš viso (dienos davinio):			**47,08**	**50,67**	**185,13**	**1317,32**

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.

TVIRTINU
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
Direktorė Virginija Tumėnienė
2026-01-02 įsakymas Nr. V-1

4-6 metų vaikams

2 savaitė Trečiadienis Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avižinių dribsnių košė (augalinis)	1K	180	6,21	6,01	30,38	191,22
Uogos ar vaisiai (sezoniniai, šaldyti)	1p	40	0,16	1,00	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
Iš viso:			**12,17**	**11,16**	**53,53**	**342,22**

Pietūs 11:30 val.

Žirnių sriuba (augalinis, tausojantis)	13Sr	150	4,53	3,33	16,69	109,69
Viso grūdo ruginė duona	1Š	30	1,74	0,45	14,10	69,60
Virtų bulvių cepelinai su varške (tausojantis)	16mil	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
Grietinės - sviesto padažas	3p	30	0,55	6,00	0,62	133,00
Vaisų sultys (obuolių)		200	0,40	0,40	20,00	84,00
Iš viso:			**22,14**	**17,81**	**105,75**	**731,64**

Vakarienė 15:30 val.

Pieniška ryžių kruopų sriuba (tausojantis)	5Sr	180	5,39	6,16	19,97	152,76
Duona su sviestu ir sūriu	3d	40//6//25	8,25	12,59	17,67	224,09
Iš viso:			**13,64**	**18,75**	**37,64**	**376,85**
Iš viso (dienos davinio):			**47,95**	**47,72**	**196,92**	**1450,71**

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.

TVIRTINU
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
Direktorė Virginija Tumėnienė
2026-01-02 įsakymas Nr. V-1

4-6 metų vaikai

2 savaitė Ketvirtadienis Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grikių košė su morkomis ir svogūnais (augalinis, tausojantis)	6K	180	6,30	5,53	34,65	209,86
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:			**14,58**	**11,73**	**94,60**	**537,11**

Pietūs 11:30 val.

Kopūstų sriuba (tausojantis)	10Sr	150	1,43	3,18	8,66	64,28
Grietinė 30%	9D	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Juoda duona	1Š	30	1,74	0,45	14,10	69,60
Troškinta vištiena (tausojantis)	22A	75/30	18,47	20,27	2,36	263,54
Virtos bulvės	1 Gar	80	1,66	0,08	15,19	67,23
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:			**25,19**	**27,89**	**45,02**	**529,34**

Vakarienė 15:30 val.

Bulvių-varškės voleliai(tausojantis)	3 milt	150	7,90	3,93	37,58	214,11
Grietinės- sviesto padažas	18 D	20	0,37	9,50	0,46	88,66
Arbata	1 gėr	150	0,00	0,00	0,00	
Iš viso:			**8,27**	**13,43**	**38,04**	**302,77**
Iš viso (dienos davinio):			**48,04**	**53,05**	**177,66**	**1369,22**

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.

TVIRTINU
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
Direktorė Virginija Tumėnienė
2026-01-02 įsakymas Nr. V-1

4-6 metų vaikai

2 savaitė Penktadienis Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Manų kruopų košė pagardinta cinamonu (tausojantis)	14k	180/4	7,03	6,15	34,10	223,61
Kakava su pienu	4 gėr	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	1,80	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			**14,97**	**10,31**	**66,89**	**411,70**

Pietūs 11:30 val.

Trinta moliūgų sriuba (tausojantis)	15Sr	150	1,28	2,56	9,13	62,07
Grietinė 30%	9,D	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Juoda duona	1Š	30	1,74	0,45	14,10	69,60
Kepta lašišos filė(tausojantis)	19A	70	16,93	13,57	0,18	190,00
Virtos bulvės	1 Gar	70	1,46	0,07	13,36	59,13
Pomidorai	10S	30	0,30	0,06	1,23	5,10
Troškintos daržovės(augalinis)	19A	50	1,24	11,26	2,56	119,80
Vanduo						
Iš viso:			**23,07**	**29,47**	**40,72**	**520,35**

Vakarienė 15:30 val.

Sklindžiai su obuoliais (tausojantis)	14Mil	150	10,83	19,41	57,62	440,90
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:			**10,91**	**19,45**	**71,02**	**495,10**
Iš viso (dienos davinio):			**48,95**	**59,23**	**178,63**	**1427,15**

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.

TVIRTINU
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
Direktorė Virginija Tumėnienė
2026-01-02 įsakymas Nr. V-1

4-6 metų vaikai

3 savaitė Pirmadienis Pusryčiai 8:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	13K	180	6,83	6,20	35,73	218,56
Uogos ir vaisiai (sezoniniai, šaldyti)	1P	50	0,20	0,05	3,50	17,50
Pienas 2,5%		200	6,80	5,00	9,80	112,00
Taputis (grikių)		20	2,32	0,60	12,84	46,80
Vaisius		150	0,60	0,60	19,50	79,50
Iš viso:			**16,75**	**12,45**	**81,37**	**474,36**

Pietūs 11:30 val.

Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	13Sr	150	4,53	3,33	16,69	109,69
Juoda duona	1Š	30	1,74	0,45	14,10	69,60
Varškės apkepas (tausojantis)	1A milt	145,00	21,06	15,41	23,23	317,40
Grietinės- sviesto padažas	3P	20,00	0,48	6,00	0,62	58,60
Trintos braškės su pjaustytais bananais	19D	50//25	0,85	0,15	12,80	55,50
Vaisių sultys		200	0,40	0,40	20,00	86,00
Iš viso:			**29,06**	**25,74**	**87,44**	**696,79**

Vakarienė 15:30 val.

Pilno grūdo makaronai su daržovėmis(augalinis)	5milt	200	9,31	11,63	34,81	271,92
Arbata be cukraus	1Gėr	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			**9,31**	**11,63**	**34,81**	**271,92**
Iš viso (dienos davinio):			**55,12**	**49,82**	**203,62**	**1443,07**

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.

TVIRTINU
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
Direktorė Virginija Tumėnienė
2026-01-02 įsakymas Nr. V-1

4-6 metų vaikai

3 savaitė Antradienis **Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ryžių kruopų košė (tausojantis)	5K	180	6,92	2,66	35,50	198,40
Uogos ir vaisiai (sezoniniai, šaldyti)	1P	50	0,20	0,05	3,50	17,50
Kakava su cukrumi	4Gėr	200	3,82	2,93	15,78	101,80
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:			**22,82**	**14,26**	**78,08**	**533,10**

Pietūs 11:30 val.

Agurkinė sriuba (tausojantis)	2Sr	150	1,60	3,17	11,35	77,21
Grietinė 30%	9D	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Juoda duona	1Š	30	1,74	0,45	14,10	69,60
Kiaulienos maltinis (tausojantis)	16A	80	13,48	3,98	2,44	134,21
Grietinės padažas	20D	10	0,21	1,93	0,64	20,84
Virtos bulvės	1G	80	1,66	0,08	15,19	67,23
Troškintų daržovių mišinys (šaldytos) (augalinis)	19,A	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:			**20,49**	**21,05**	**49,08**	**499,45**

Vakarienė 15:30 val.

Lietiniai su varške (tausojantis)	11milt	85/50	14,17	14,90	36,46	333,41
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,60
Arbata be cukraus	1Gėr	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			**14,65**	**20,90**	**37,08**	**392,01**
Iš viso (dienos davinio):			**57,96**	**56,21**	**164,24**	**1424,56**

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.

TVIRTINU
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
Direktorė Virginija Tumėnienė
2026-01-02 įsakymas Nr. V-1

4-6 metų vaikai

3 savaitė Trečiadienis **Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Miežinių kruopų košė pagardinta sviestu (tausojantis)	2K	180	7,55	6,32	33,33	213,28
Pienas 2,5%		150	5,10	3,75	7,35	84,00
Sausainiai		30	2,25	4,50	20,10	133,80
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	80,00
Iš viso:			**15,30**	**14,97**	**73,78**	**511,08**

Pietūs 11:30 val.

Trinta daržovių sriuba (tausojantis)	14Sr	150	2,07	3,24	11,97	84,47
Juoda duona	1Š	30	1,74	0,45	14,10	69,60
Ryžių troškinys su kalakutiena(tausojantis)	17A	120/60	20,31	10,12	26,24	276,90
Virti makaronai su kiauliena (tausojantis)	17(2)	75/75	26,11	11,44	26,73	313,64
Marinuoti agurkai	9S	40	1,12	0,00	0,52	6,40
Pekino kopūsto salotos	4S	50	0,63	2,53	1,31	28,78
Vanduo						
Ryžių troškinys su kalakutiena		**viso:**	**25,87**	**16,34**	**54,14**	**466,15**
Virti makaronai su kiauliena		**viso:**	**31,67**	**17,66**	**54,63**	**502,89**

Vakarienė 15:30 val.

Virti varškėčiai(tausojantis)	5Amilt	150	20,23	9,83	38,12	319,90
Grietinės - sviesto padažas	3p	30,00	0,55	6,00	0,62	133,00
Arbata	1 G	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			**20,78**	**15,83**	**38,74**	**452,90**
Iš viso (dienos davinio) makaronai su kiauliena:			**67,75**	**48,46**	**167,15**	**1466,87**
Iš viso (dienos davinio) plovas:			**61,95**	**47,14**	**166,66**	**1430,13**

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.

TVIRTINU
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
Direktorė Virginija Tumėnienė
2026-01-02 įsakymas Nr. V-1

4-6 metų vaikai

3 savaitė Ketvirtadienis Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grikių košė su daržovėmis (augalinis)	10K	180	6,30	5,54	34,65	209,86
Pik-Nik sūrio dešrelė		40	10,68	8,32	0,20	118,40
Pienas 2,5%	10D	100	3,40	2,50	4,90	0,60
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			**20,78**	**16,76**	**52,75**	**381,86**

Pietūs 11:30 val.

Kopūstų sriuba (tausojantis)	10Sr	150	1,43	3,18	8,66	64,28
Grietinė 30%	9D	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,15	0,20	9,46	46,80
Cepelinai su mėsa (kalakutiena)	19milt	200	15,00	6,94	44,92	306,78
Grietinės - sviesto padažas	3p	30,00	0,55	6,00	0,62	133,00
Pomidorai	10 Sal	40	0,40	0,08	1,64	6,80
Marinuoti agurkai	9 Sal	40	1,12	0,00	0,52	6,40
Vanduo		150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			**19,77**	**17,90**	**65,98**	**578,71**

Vakarienė 15:30 val.

Pieniška pilno grūdo makaronų sriuba (tausojantis)	4Sr	180	6,65	6,38	22,83	175,51
Pilno grūdo duona su sviestu ir sūriu	4Š	30//5//20	6,46	8,83	13,28	176,10
Iš viso:			**13,11**	**15,21**	**36,11**	**351,61**
Iš viso (dienos davinio):			**53,66**	**49,87**	**154,84**	**1312,18**

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.

TVIRTINU
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
direktorė Virginija Tumėnienė
2024-01-02 įsakymas Nr. V-1

4-6 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	
Penkių grūdų dribsnių košė (augalinis, tausojantis)	8K	180	5,00	4,21	31,77	176,82
Uogos/uogienė	3.p	20	0,08	0,04	13,40	54,20
Kakava su cukrumi	4Gėr	200	3,82	2,93	15,80	101,80
Jogurtas 2,5%		125	3,63	3,13	10,00	83,75
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			**12,93**	**10,71**	**83,97**	**469,57**

Pietūs 11:30 val.

Žirnių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	12Sr	150	4,53	3,33	16,69	109,69
Juoda duona	1Š	30	1,74	0,45	14,10	69,60
Žuvies apkepas (lašiša) (tausojantis)	18A(1)	85	13,24	7,41	8,73	153,59
Žuvies (jūros lydeka/ šamas) maltinis (tausojantis)	5A	80	14,81	7,88	4,92	149,65
Grietinės padažas	20D	10	0,21	1,93	0,64	20,84
Virtos bulvės	1 Gar	80	1,66	0,08	15,19	67,23
Marinuoti burokėliai su agurkais	3S	100	3,06	4,70	7,72	93,48
Pomidorai	10S	40	0,40	0,08	1,64	6,80
Vaisių sultys		200	0,40	0,40	20,00	84,00
Iš viso apkepas			24,84	17,98	64,71	521,23
Iš viso:			**26,41**	**18,45**	**60,90**	**517,29**

Vakarienė 15:30 val.

Virta pieniška dešrelė	13A	75	8,11	17,80	1,63	196,90
Agurkai- pomidorai	8A	60	0,54	0,12	1,94	8,40
Arbata be cukraus	1Gėr	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Pomidorų padažas		15	0,24	0,03	3,60	15,75
Iš viso:			**8,89**	**17,95**	**7,17**	**221,05**
Iš viso (dienos davinio):			**48,23**	**46,64**	**152,04**	**1207,91**

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.

TVIRTINU
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
Direktorė Virginija Tumėnienė
2026-01-02 įsakymas Nr. V-1

4-6 metų vaikai

4 savaitė Pirmadienis **Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo energetinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Makaronai su fermentiniu sūriu (tausojantis)	12K	200	13,40	10,96	59,50	354,44
Arbata be cukraus	1gėr	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			**13,80**	**11,36**	**72,50**	**407,44**

Pietūs 11:30 val.

Daržovių sriuba su pupelėmis (tausojantis, augalinis)	3Sr	150	5,26	3,38	18,07	110,36
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,16	0,20	9,46	46,80
Kepti vištienos gabaliukai(tausojantis)	26A	75//20	24,09	6,20	9,46	185,17
Virti ryžiai su ciberžole	2Gar	60	2,2	0,10	19,13	89,00
Kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais	5S	100	1,06	4,08	3,76	74,38
Agurkai	6S	30	0,24	0,00	0,69	3,30
Arbata		200	0	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			**34,01**	**13,96**	**60,57**	**509,01**

Vakarienė 15:30 val.

Viso grūdo miltų skryliai (tausojantis)	2milt	100	5,43	1,19	33,28	162,72
Grietinė 30%		20	0,48	6,00	0,62	58,60
Kefyras 2,5%		150	5,10	3,75	7,35	90,00
Iš viso:			**11,01**	**10,94**	**41,25**	**311,32**
Iš viso (dienos davinio):			**58,82**	**36,26**	**174,32**	**1227,77**

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.

TVIRTINU
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
Direktorė Virginija Tumėnienė
2026-01-02 įsakymas Nr. V-1

4-6 metų vaikai

4 savaitė Antradienis **Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Perlinių kr., košė su morkomis ir svogūnais (augalinis, tausojantis)	4K	180	4,90	4,89	37,60	202,86
Pienas 2,5%		150	5,40	3,75	7,35	84,00
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			**10,70**	**9,04**	**57,95**	**339,86**

Pietūs 11:30 val.

Kopūstų sriuba su daržovėmis (tausojantis)	10Sr	150	1,43	3,18	8,66	64,28
Grietinė 30%	9D	3	0,07	0,09	0,10	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	60	1,24	0,06	11,35	50,22
Marinuotų burokėlių - agurkų - žirnelių salotos	2S	60	1,35	5,15	5,25	66,26
Agurkai	6S	60	0,48	0,00	1,38	6,60
Vaisi sultys (obuolių)		200	0,40	0,40	20,00	84,00
Iš viso:			**18,95**	**28,62**	**58,35**	**561,88**

Vakarienė 15:30 val.

Kepti varškėčiai (tausojantis)	8Amilt	135	20,48	16,32	34,08	364,50
Grietinė 30%		10	0,14	3,00	0,31	29,30
Arbata be cukraus	1gėr	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Uogos/uogienė	3p	30	0,12	0,06	20,10	81,30
Iš viso:			**20,74**	**19,38**	**54,49**	**475,10**
Iš viso (dienos davinio):			**50,39**	**57,04**	**170,79**	**1376,84**

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.

TVIRTINU
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
Direktorė Virginija Tumėnienė
2026-01-02 įsakymas Nr. V-1

4-6 metų vaikai

4 savaitė Trečiadienis **Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo energetinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avižinių dribsnių košė (tausojantis)	1K	180	7,52	7,80	27,47	204,69
Vaisiai/šaldytos uogos	1p	50	0,20	0,05	3,50	17,50
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
Traputis		20	2,32	0,60	12,84	46,80
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			**10,68**	**10,90**	**58,74**	**346,65**

Pietūs 11:30 val.

Agurkinė sriuba (tausojantis)	2 sr	150	1,60	3,17	8,46	77,23
Grietinė 30%	9D	3	0,07	0,90	0,10	8,79
Juoda duona	1Š	30	1,74	0,45	14,10	69,60
Jautienos ir kiaulienos matinis (tausojantis)	33A	80	16,50	13,88	2,78	198,29
Grietinės padažas	1//p	20	0,40	3,72	1,28	42,24
Virtos bulvės	1 Gar	80	1,66	0,08	0,08	67,23
Pekino kopūsto salotos	4S	50	0,63	2,53	2,53	28,78
Marinuoti agurkai	9S	40	1,12	0,00	0,00	6,40
Vaisių sultys		200	0,40	0,40	20,00	0,84
Iš viso:			**24,12**	**25,13**	**49,33**	**499,40**

Vakarienė 15:30 val.

Miltiniai blynai	8milt	100	5,96	12,34	28,92	246,97
Uogienė	3p	25	0,10	0,05	16,75	67,75
Pienas 2,5%		150	5,40	3,75	7,35	84,00
Iš viso:			**11,46**	**16,14**	**53,02**	**398,72**
Iš viso (dienos davinio):			**46,26**	**52,17**	**161,09**	**1244,77**

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.

TVIRTINU
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
Direktorė Virginija Tumėnienė
2026-01-02 įsakymas Nr. V-1

4-6 metų vaikai

4 savaitė Ketvirtadienis **Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo energetinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grikių košė su morkomis ir svogūnais (augalinis, tausojantis)	6K	180	6,30	5,54	34,65	209,86
Kakava su cukrumi	4Gėr	200	3,82	2,93	15,78	101,80
Traputis (grikių, kukurūzų)		30	3,48	0,90	19,26	70,20
Vaisius		100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			**14,00**	**9,77**	**82,69**	**434,86**

Pietūs 11:30 val.

Kruopų (perlinių) sriuba su bulvėmis (tausojantis)	11 Sr	150	0,77	2,84	6,29	53,55
Grietinė 30%	9D	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	1,16	0,20	9,46	46,80
Blyneliai su varške(tausojantis)	1(1) mil	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:			**21,47**	**26,36**	**68,45**	**596,64**

Vakarienė 15:30 val.

Pieniška ryžių kruopų sriuba (tausojantis)	5milt	180	5,39	6,16	19,97	152,76
Duona su sviestu ir sūriu	3D	40//6//25	8,25	12,59	17,69	224,09
Iš viso:			**13,64**	**18,75**	**37,66**	**376,85**
Iš viso (dienos davinio):			**49,11**	**54,88**	**188,80**	**1408,35**

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.

TVIRTINU
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
Direktorė Virginija Tumėnienė
2024-01-02 įsakymas Nr. V-1

4-6 metų vaikai

4 savaitė Penktadienis **Pusryčiai 08:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo energetinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Penkių grūdų dribsnių košė (augalinis. tausojantis)	8K	180	5,00	4,21	31,77	176,82
Smulkinti bananai su braškėmis	17D	60//30	1,02	0,18	15,36	66.60
Kakava su cukrumi	4Gėr	200	3,82	2,93	15,78	101,80
Vaisius		100	1,20	0,30	23,10	97,00
Iš viso:			**11,04**	**7,62**	**86,01**	**442,22**

Pietūs 11:30 val.

Barščiai su pupelėmis (tausojantis)	9Sr	150	2,69	2,84	6,29	87,44
Grietinė 30%	9D	5	0,12	1,50	0,16	14,65
Duona juoda	1Š	30	1,74	0,45	14,10	69,60
Kepta lašišos filė(tausojantis)	19A	70	16,93	13,57	0,18	190,00
Grietinės - pomidorų padažas	19 D	10	0,27	1,75	1,08	20,99
Virtos bulvės	1 Gar	70	1,46	0,07	13,36	59,13
Marinuoti žirneliai	7S	30	1,32	0,01	3,75	20,70
Marinuotų burokėlių - agurkų salotos	3S	50	1,53	2,35	3,86	46,74
Vaisių sultys		200	0,40	0,40	20,00	84
Iš viso:			**26,46**	**22,94**	**62,78**	**593,25**

Vakarienė 15:30 val.

Virtas kiaušinis su duona ir sviestu (omletas su žirnelias)	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	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			**10,06**	**15,22**	**15,50**	**247,97**
Iš viso (dienos davinio):			**47,56**	**45,78**	**164,29**	**1283,44**

Galima keisti įvairių garnyrų ir salotų variantus.

PATVIRTINU
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
Direktorė Virginija Tumėnienė
2026-01-02 įsakymas Nr. V-1

Vienos dienos maistinė vertė 4-6 metų vaikams lankantiems Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos Klovainių skyrių

Dienos	Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai iš viso	Energinė vertė, kcal
1savaitė, pirmadienis	63,51	55,33	194,96	1533,87
1savaitė, antradienis	56,34	49,45	190,71	1402,46
1savaitė, trečiadienis	58,22	45,42	200,95	1453,50
1savaitė, ketvirtadienis	40,45	57,27	170,92	1449,36
1savaitė, penktadienis	52,33	55,22	168,43	1308,19
2savaitė, pirmadienis	60,86	59,93	153,89	1387,92
2savaitė, antradienis	47,08	50,67	185,13	1317,32
2savaitė, trečiadienis	47,95	47,72	196,92	1450,71
2savaitė, ketvirtadienis	48,04	53,05	177,66	1369,22
2savaitė, penktadienis	48,95	59,23	178,63	1427,15
3savaitė, pirmadienis	55,12	49,82	203,62	1443,07
3savaitė, antradienis	57,96	56,21	164,24	1424,56
3savaitė, trečiadienis	61,95	47,14	166,66	1430,13
3savaitė, ketvirtadienis	48,23	46,64	152,04	1207,91
3savaitė, penktadienis	53,66	49,87	154,84	1312,18
4savaitė, pirmadienis	58,82	36,26	174,32	1227,77
4savaitė, antradienis	50,39	57,04	170,79	1376,84
4savaitė, trečiadienis	46,26	52,17	161,09	1244,77
4savaitė, ketvirtadienis	49,11	54,88	188,80	1408,35
4savaitė, penktadienis	47,56	45,78	164,29	1283,44
Viso:	**1052,79**	**1029,10**	**3518,89**	**27458,72**

20- ties dienų valgiaraštis sudarytas remiantis svetaine http://foodbsse. azurewebsite.net maisto bazės produktų maistinėmis vertėmis, Šiaulių miesto ikimokyklinio ugdymo valgiaraščiais, A. Bičiušienės"Perspektyviniai valgiaraščiai.", pavizdinių ikimokyklinių vaikų ugdymo įstaigų 20 dienų perspektyvinių valgiaraščių ir patiekalų receptūrų rinkiniu , 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. birželio23d. Įsakymą Nr. V-836 "Dėl Lietuvos Respublikos sviekatos apsaugos ministro 1999 m. lapkričio25 d. įsakymo Nr. 510 "Dėl Rekomenduojamų paros maistinių medžiagų ir energijos normų tvirtinimo pakeitimas".
Sudarant valgiaraščius neįvardintas maistinių medžiagų išlikimo koeficiantas.
Esant prekių kiekio,pristatymo sutrikimams, karantino, ligos, techninių gedimų, vandens tiekimo gedimams vaikų maitinimo menių galimi pakeitimai.