# BALSIŲ PAGRINDINĖS MOKYKLOS ROZALIMO IKIMOKYKLINIS UGDYMO SKYRIUS

PATVIRTINTA
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
direktoriaus 2026 09-30
įsakymu Nr. V-194

# 20 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-6 metų vaikams

Parengė Balsių pagrindinės mokyklos
Rozalimo ikimokyklinio ugdymo skyriaus
mitybos organizavimo specialistė
Stepanija Danauskienė

2026 m.

PATVIRTINTA
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
direktoriaus 2026-09-30
įsakymu Nr. V-184

**I savaitė**

**Pirmadienis** **Pusryčiai 8,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Avižinių dribsnių košė (tausojantis) | | 180 | 7,52 | 7,80 | 27,47 | 204,69 |
| Uogienė | | 30 | 0,09 | 0,00 | 22,38 | 84,60 |
| Melisų arbata (nesaldinta) | | 200 | --- | --- | -- | --- |
| Morkos (smulkintos lazdelėm) | | 150 | 1,50 | 0,30 | 13,05 | 46,50 |
| | | **IŠ viso:** | **9,11** | **8,10** | **62,90** | **335,79** |

**Pietūs 11,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė Vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Vaisiai 10 val | | 200 | 1,80 | 0,60 | 28,80 | 116,40 |
| | | | | | | |
| Šviežių kopūstų sriuba su daržovėmis (augalinis) | S-1.1 | 150 | 1,61 | 3,17 | 10,78 | 72,17 |
| Pilno grūdo duona | | 35 | 2,59 | 0,56 | 14,98 | 81,55 |
| Kiaulienos ir ryžių kukuliai (tausojantis) | A-1 | 90 | 16,97 | 6,82 | 6,46 | 155,08 |
| Daržovių padažas | P-4 | 30 | 0,66 | 4,65 | 1,90 | 49,40 |
| Virtos bulvės | GS-1 | 60 | 1,24 | 0,.06 | 11,35 | 50,22 |
| Pekino kopūstų salotos su pomidoru ir aliejumi | GS-2 | 60 | 0,77 | 4,09 | 1,92 | 45,27 |
| Agurkas | | 50 | 0,40 | 0,10 | 1,15 | 5,50 |
| | | **Iš viso:** | **26,04** | **20,05** | **77,34** | **575,59** |

**Vakarienė 15,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Varškės apkepas (tausojantis) | N-1 | 145 | 21,06 | 15,41 | 23,23 | 317,40 |
| Natūralus jogurtas | | 30 | 2,70 | 0,60 | 0,69 | 18,60 |
| Ramunėlių arbata (nesaldinta) | G-1 | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | **Iš viso:** | **23,76** | **16,01** | **23,92** | **336,00** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | **58,91** | **44,16** | **164,16** | **1247,38** |




PATVIRTINTA
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
direktoriaus 2026-08-30
įsakymu Nr. V-184

**I savaitė**

**Antradienis** **Pusryčiai 8,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Grikių košė morkomis ir svog. (augalinis, tausojantis) | K-2.1 | 180 | 6,30 | 5,54 | 34,65 | 209,86 |
| Pilno grūdo duona su sviestu | Š-3.1 | 25/5 | 1,89 | 4,53 | 10,74 | 95,45 |
| Juoda arbata (nesaldinta) | G-3 | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| **Iš viso:** | | | **11,61** | **10,91** | **56,72** | **367,59** |

**Pietūs 11,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė Vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Vaisiai 10val | | 150 | 1,35 | 0,45 | 21,60 | 79,20 |
| | | | | | | |
| Burokėlių sriuba su grietine | S-3.1 | 150/4 | 1,31 | 3,78 | 9,09 | 71,17 |
| Kepta paukštienos šlaunelių mėsa (tausojantis) | A-2 | 80 | 19,56 | 14,87 | 0,67 | 213,47 |
| Virti ryžiai su ciberžole | GS-10 | 60 | 2,20 | 0,10 | 19,13 | 89,00 |
| Salotos su ridikėliais, pomidoru ir alyvuogių aliejumi | GS-26.1 | 60 | 041 | 4,04 | 2,21 | 44,85 |
| Agurkas | | 40 | 0,321 | 0,08 | 0,92 | 4,40 |
| **Iš viso:** | | | **26,63** | **23,64** | **62,18** | **548,69** |

**Vakarienė 15,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Bulvių plokštainis i su varške (tausojantis) | M-3 | 150 | 11,30 | 9,67 | 25,73 | 233,21 |
| Jogurtinės rietinės padažas | P-1 | 20 | 0,52 | 1,87 | 1,40 | 24,31 |
| Kefyras | | 200 | 6,80 | 5,00 | 9,80 | 120,00 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **18,62** | **16,54** | **36,93** | **377,52** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | **56,86** | **51,09** | **155,57** | **1293,80** |

PATVIRTINTA
Pakruojo r. Bolių pagrindinės mokyklos
direktoriaus 2026-08-30
įsakymu Nr. V-194

**I savaitė**

**Trečiadienis**

**Pusryčiai 8,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Manų košė | K-11 | 180 | 7,03 | 6,15 | 31,11 | 211,76 |
| Šaldytos trintos braškės | | 30 | 0,26 | 0,10 | 5,86 | 23,08 |
| Varškės sūris 22% su medum | Š-1 | 30/15 | 5,51 | 6,60 | 13,40 | 134,70 |
| Melisų arbata (nesaldinta) | G-1 | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **12,80** | **12,85** | **50,37** | **369,54** |

**Pietūs 11,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė Vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Vaisiai 10val | | 200 | 1,80 | 0,60 | 28,80 | 116,40 |
| | | | | | | |
| Žalių žirnelių sriuba su daržovėmis (augalinis) | S-18-1 | 150 | 2,68 | 3,19 | 11,69 | 75,22 |
| Pilno grūdo duona | | 20 | 1,48 | 0,32 | 8,56 | 46,60 |
| Troškintas jautienos ir kiaulienos kukulis | A-3 | 80 | 16,92 | 11,08 | 2,41 | 177,23 |
| Virtos perlinės kruopos | GS-19 | 60 | 2,95 | 2,19 | 22,58 | 115,38 |
| Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi | GS-5 | 60 | 0,76 | 5,09 | 3,59 | 58,03 |
| Pomidoras | | 50 | 0,50 | 0,10 | 2,05 | 8,50 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | 26,64 | 22,42 | 72,48 | 560,16 |

**Vakarienė 15,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Kepti cukinijų blynai | M-12 | 140 | 6,91 | 9,92 | 29,21 | 229,98 |
| Trinti konservuoti vaisiai | | 30 | 0,15 | 0,06 | 4,56 | 19,80 |
| Pienas 2,5% | | 200 | 6,80 | 5,00 | 9,80 | 112,00 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **13,86** | **14,98** | **43,57** | **361,78** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | **53,30** | **50,25** | **166,42** | **1291,48** |

PATVIRTINTA
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
direktoriaus 2026-09-30
įsakymu Nr. V-194

**I savaitė**

**Ketvirtadienis**

**Pusryčiai 8,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Kvietinių kruopų košė (tausoj.) | K-3 | 180 | 8,69 | 6,66 | 36,02 | 228,41 |
| | | | | | | |
| Melisų arbata (nesaldinta) | | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | | | | |
| Vaisių ir/ar uogų kokteilis su pasukomis | D-5 | 100/60 | 2,97 | 0,57 | 19,93 | 90,18 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **11,66** | **7,23** | **55,95** | **318,59** |

**Pietūs 11,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė Vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Vaisiai 10val. | | 200 | 1,80 | 0,60 | 28,80 | 116,40 |
| | | | | | | |
| Pupelių sriuba su daržovėmis | S-2.1 | 150 | 5,28 | 2,87 | 18,09 | 106,16 |
| Pilno grūdo duona | | 30 | 2,22 | 0,48 | 12,84 | 69,90 |
| Kepta lašišos file (tausojantis) | A-5 | 70 | 16,93 | 13,57 | 0,18 | 190,00 |
| Bulvių košė | GS-3 | 50 | 1,13 | 1,89 | 8,09 | 53,38 |
| Burokėlių salotos su žirneliai ir alyvuogių aliejumi | GS-11.1 | 60 | 1,28 | 4,16 | 6,36 | 60,33 |
| Pomidoras | | 50 | 0,50 | 0,10 | 2,05 | 8,50 |
| **Iš viso:** | | | **29,14** | **23,67** | **76,41** | **604,67** |

**Vakarienė 15,30val.**

| Produkto pavadinimas | Rp. Nr | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai,g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Omletas (tausojantis) | A-4.1 | 100 | 11,73 | 13,42 | 6,23 | 191,77 |
| Agurkas | | 50 | 0,40 | 0,10 | 1,15 | 5,50 |
| Pilno grūdo duona su sviestu | Š-3.1 | 30/5 | 2,25 | 4,61 | 12,88 | 107,10 |
| Čiobrelių arbata (nesaldinta) | | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **14,38** | **18,13** | **20,26** | **304,37** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | **55,18** | **49,03** | **152,62** | **1227,63** |

PATVIRTINTA
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
direktoriaus 2026-09-30
įsakymu Nr. V-184

**I savaitė**

**Penktadienis** **Pusryčiai 8,30v**

| Patiekalo pavadinimas | Rp Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Perlinių kruopų košė su kepintomis daržovėmis (augalinis, tausojantis) | K-9.1 | 180 | 4,90 | 4,89 | 37,60 | 202,86 |
| Vaisių salotos su natūraliu jogurtu | D-2.1 | 120/80 | 8,09 | 1,94 | 21,14 | 130,00 |
| Ramunėlių arbata (nesaldinta) | | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **12,99** | **6,83** | **58,74** | **332,86** |

**Pietūs 11,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė Vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Vaisiai 10val. | | 150 | 1,35 | 0,45 | 21,60 | 79,20 |
| | | | | | | |
| Trinta moliūgų sriuba su daržovėmis (augalinis) | S-14 | 1,50 | 1,48 | 3,40 | 10,09 | 73,71 |
| Pilno grūdo duona | | 40 | 2,96 | 0,64 | 17,12 | 93,20 |
| Troškinta kalakutiena su daržovėmis (tausojantia) | A-14 | 60/55 | 18,00 | 8,74 | 4,83 | 163,80 |
| Virti lęšiai | GS-16.1 | 70 | 8,42 | 3,14 | 15,77 | 133,97 |
| Pomidoras | | 50 | 0,50 | 0,10 | 2,05 | 8,50 |
| Agurkas | | 50 | 0,40 | 0,10 | 1,15 | 5,50 |
| **Iš viso:** | | | **33,11** | **16,57** | **72,61** | **557,88** |

**Vakarienė 15,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Pieniška pilno grūdo makaronų sriuba (tausojantis) | S-6 | 180 | 6,65 | 6,38 | 22,83 | 175,51 |
| Avižiniai sausainiai su bananais | M-13 | 80 | 5,93 | 6,30 | 32,98 | 202,82 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **12,58** | **12,68** | **55,81** | **378,33** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | **58,68** | **36,08** | **187,16** | **1269,07** |

PATVIRTINTA
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
direktoriaus 2026-05-30
įsakymu Nr. V-194

**II savaitė**

**Pirmadienis**

**Pusryčiai 8,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Grikių košė | K-6 | 180 | 8,00 | 6,10 | 37,12 | 224,82 |
| Duona su sviestu | Š-3,1 | 25/5 | 1,89 | 4,53 | 10,74 | 95,45 |
| Melisų arbata (nesaldinta) | | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Tarkuotos morkos su cukrum | D-7 | 80/5 | 0,80 | 0,16 | 11,95 | 44,55 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **10,69** | **10,79** | **59,87** | **364,82** |

**Pietūs 11,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė Vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Vaisiai 10val | | 200 | 1,35 | 0,45 | 21,60 | 79,20 |
| | | | | | | |
| Pupelių sriuba | S-2.1 | 150 | 5,28 | 2,87 | 18,09 | 106,16 |
| Pilno grūdo duona | | 35 | 2,59 | 0,56 | 14,987 | 81,55 |
| Kiaulienos maltinis (tausojant) | A-7 | 80 | 13,48 | 3,987 | 2,44 | 134,21 |
| Daržovių padažas | P-4 | 30 | 0,62 | 4,78 | 1,84 | 50,08 |
| Virtos bulvės | GS-1 | 60 | 1,24 | 0,06 | 11,35 | 50,22 |
| Kopūstų salotos su agurku ir alyvuogių aliejumi | GS-12 | 60 | 0,75 | 5,12 | 2,69 | 56,13 |
| Pomidoras | | 50 | 0,50 | 0,10 | 2,05 | 8,50 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **25,81** | **17,92** | **75,04** | **566,05** |

**Vakarienė 15,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Virti varškėčiai (tausojantis) | M-2 | 150 | 20,23 | 9,83 | 38,12 | 319,90 |
| Grietinės-sviesto padažas | P-1 | 20 | 0,40 | 8,63 | 0,51 | 81,15 |
| Aviečių arbata (nesaldinta) | | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **20,63** | **18,46** | **38,63** | **401,05** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | **57,13** | **47,17** | **173,54** | **1331,92** |

PATVIRTINTA
Pakruojo r. Bal... pagrindinės mok.
direktoriaus 2026-08-30
įsakymu Nr. V-194

**II savaitė**

**Antradienis** **Pusryčiai 8,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Ryžių košė (tausojantis) | K-10 | 180 | 6,92 | 2,66 | 35,50 | 198,40 |
| Šaldytos (sezon) trintos uogos | | 30 | 0,34 | 0,13 | 7,81 | 30,77 |
| Čiobrelių arbata (nesaldinta) | G-1 | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Smulkinti bananai su trintomis | | | | | | |
| šaldytomis braškėmis | D-4 | 120/50 | 1,94 | 0,36 | 30,22 | 130,40 |
| | | | | | | |
| | | **Iš viso:** | **9,20** | **3,15** | **73,53** | **359,57** |

**Pietūs 11,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė Vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Vaisiai 10val | | 150 | 1,35 | 0,45 | 21,60 | 79,20 |
| | | | | | | |
| Raugintų kopūstų sriuba su daržovėmis (augalinis) | S-8.1 | 150 | 1,28 | 3,08 | 9,14 | 67,92 |
| arba | | | | | | |
| Šviežių kopūstų sriuba su daržovėmis (augalinis) | S-1.1 | 150 | 1,61 | 3,17 | 10,78 | 72,17 |
| Pilno grūdo duona | | 35 | 2,59 | 0,56 | 14,98 | 81,55 |
| Paukštienos troškinys su daržovėmis (tausojantis) | MS-11 | 90 | 18,91 | 16,90 | 2,12 | 234,04 |
| Virtos perlinės kruopos | GS-19 | 60 | 2,95 | 2,19 | 22,58 | 115,38 |
| Pekino kopūstų salotos su ridikėliais, agurku ir alyvuogių aliejumi | GS-15 | 60 | 0,69 | 5,06 | 1,73 | 52,55 |
| Pomidoras | | 50 | 0,50 | 0,10 | 2,05 | 8,50 |
| | | | | | | |
| | | **Iš viso:**<br>**arba** | **32,11**<br>**32,44** | **19,00**<br>**19,09** | **76,95**<br>**78,59** | **578,27**<br>**582,52** |

**Vakarienė 15,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Virtų bulvių ir varškės kotletai | M-9 | 150 | 11,47 | 5,60 | 35,75 | 236,98 |
| Grietinės ir sviesto padažas | P-1 | 20 | 0,40 | 8,63 | 0,51 | 81,15 |
| Kefyras | | 200 | 6,80 | 5,00 | 9,80 | 120,00 |
| | | | | | | |
| | | **Iš viso:** | **18,67** | **19,23** | **46,06** | **438,15** |
| | | **Iš viso (dienos davinio):**<br>**arba** | **59,98**<br>**60,31** | **41,387**<br>**41,47** | **196,54**<br>**198,18** | **1375,99**<br>**1380,24** |

PATVIRTINTA
Pakruojo r. Bolių pagrindinės mokyklos
direktoriaus 2026-09-30
įsakymu Nr. V-194

**II savaitė**

**Trečiadienis**

**Pusryčiai 8,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Penkių grūdų dribsnių košė | K-5.1 | 180 | 5,00 | 4,21 | 31,77 | 176,82 |
| (augalinis, tausojantis) | | | | | | |
| Smulkinti vaisiai arba uogos | | 40 | 0,30 | 0,13 | 5,62 | 22,88 |
| (sezoniniai, šaldyti) | | | | | | |
| Varškės sūris 22% su medum | Š-1 | 25/10 | 4,50 | 5,50 | 9,12 | 104,15 |
| Pienas 2,5% | | 120 | 4,08 | 3,00 | 5,88 | 67,20 |
| **Iš viso:** | | | **13,88** | **12,84** | **52,39** | **371,05** |

**Pietūs 11,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė Vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Vaisiai 10val | | 200 | 1,8 | 0,60 | 28,80 | 116,40 |
| | | | | | | |
| Žirnių sriuba su daržovėmis | S-9 | 150 | 4,55 | 2,82 | 16,72 | 105,49 |
| Pilno grūdo duona | | | | | | |
| Žuvies maltinis (tausojantis) | A-9 | 80 | 13,15 | 7,58 | 6,26 | 145,15 |
| Bulvių košė | GS-3 | 50 | 1,13 | 1,89 | 8,09 | 53,38 |
| Burokėlių salotos agurkais, žirneliais ir aliejumi | GS-13 | 60 | 1,35 | 5,16 | 5,25 | 67,06 |
| Agurkas | | 40 | 0,32 | 0,08 | 0,92 | 4,40 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **25,26** | **18,77** | **83,16** | **585,08** |

**Vakarienė 15,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Omletas (tausojantis) | A-4,1 | 100 | 11,73 | 13,42 | 6,23 | 191,77 |
| Pomidoras | | 50 | 0,50 | 0,10 | 2,05 | 8,50 |
| Pilno grūdo duona su sviestu | Š-3.1 | 30/5 | 2,25 | 4,61 | 12,88 | 107,10 |
| Čiobrelių arbata ( nesaldinta) | | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **14,48** | **18,13** | **21,16** | **307,37** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | **53,62** | **49,74** | **156,71** | **1263,50** |

PATVIRTINTA
Pakruojo r. Boikų pagrindinės mokyklos
direktoriaus 2026-09-30
įsakymu Nr. V-194

**II savaitė**

**Ketvirtadienis** **Pusryčiai 8,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Virti viso grūdo makaronai (tausojantis) | | 180 | 5,40 | 0,15 | 37,90 | 179,50 |
| Grietinės ir sviesto padažas | P-1 | 20 | 0,40 | 8,63 | 0,51 | 81,15 |
| Melisų arbata (nesaldinta) | | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Vaisių ar uogų desertas su | D-1 | 90/30 | 3,42 | 0,84 | 11,33 | 62,28 |
| natūraliu jogurtu | | | | | | |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **9,22** | **9,62** | **49,74** | **322,93** |

**Pietūs 11,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė Vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Vaisiai | | 150 | 1,35 | 0,45 | 21,60 | 79,20 |
| | | | | | | |
| Trinta žiedinių kopūstų sriuba su daržovėmis (augalinis) | S-4 | 150 | 2,04 | 3,22 | 9,22 | 72,57 |
| Ryžių troškinys su kalakutiena ir daržovėmis (tausojantis) | A-11 | 120/60 | 20,31 | 10,12 | 26,24 | 276,90 |
| Salotos su pomidorais ir aliejumi | GS-25 | 60 | 0,59 | 5,03 | 2,09 | 53,29 |
| Agurkas | | 40 | 032 | 0,080 | 0,92 | 4,40 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **26,83** | **19,38** | **72,91** | **556,26** |

**Vakarienė 15,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Bananų ir obuolių sklindžiai | M-11 | 110 | 9,23 | 9,72 | 32,30 | 247,28 |
| Natūralus jogurtas 2% | | 30 | 2,70 | 0,60 | 0,69 | 18,60 |
| Pienas 2,5% | | 180 | 6,12 | 4,50 | 8,82 | 100,80 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **18,05** | **14,82** | **41,81** | **366,68** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | **54,10** | **43,82** | **163,46** | **1245,87** |

PATVIRTINTA
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
direktoriaus 2026-08-30
įsakymu Nr. V-194

**II savaitė**

**Penktadienis** **Pusryčiai 8,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Virtas kiaušinis | Š-2 | 82 | 10,08 | 9,59 | 0,57 | 128,74 |
| Žali žirneliai, agurkas | | 30/30 | 2,16 | 0,18 | 5,79 | 24,30 |
| Pilno grūdo duona su sviestu | Š-3 | 40/8 | 3,02 | 7,25 | 17,18 | 152,72 |
| Ramunėlių arbata | G-1 | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Morkos (smulkintos lazdelėm) | | 100 | 1,00 | 0,20 | 8,70 | 31,00 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **16,26** | **17,22** | **32,24** | **336,76** |

**Pietūs 11,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė Vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Vaisiai 10val | | 200 | 1,80 | 0,60 | 28,80 | 116,40 |
| | | | | | | |
| Trinta lęšių sriuba su daržovėmis (augalinis) | S-7 | 150 | 5,79 | 3,47 | 17,60 | 126,82 |
| Pilno grūdo duona | | 25 | 1,85 | 0,40 | 10,70 | 58,25 |
| Troškinti jautienos ir kiaulienos kukuliai (tausojantis) | A-3 | 80 | 16,92 | 11,08 | 2,41 | 177,23 |
| Virti grikiai | GS-8 | 60 | 3,54 | 1,59 | 19,42 | 104,32 |
| Pekino kopūstų salotos su pomidorais, ridikėliais ir alyvuogių aliejumi | GS-6 | 60 | 0,75 | 5,08 | 1,99 | 54,43 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **30,65** | **22,22** | **80,92** | **637,45** |

**Vakarienė 15,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Kukurūzų kruopų košė (tausojantis) | K-12 | 180 | 6,83 | 6,20 | 35,73 | 218,56 |
| Trintos uogos (šaldyt.ar sezon) | | 40 | 0,34 | 0,14 | 8,44 | 33,22 |
| Pienas 2,5% | | 160 | 5,44 | 4,00 | 7,84 | 89,60 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **12,61** | **10,34** | **52,01** | **341,38** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | **59,52** | **49,78** | **165,17** | **1315,59** |

PATVIRTINTA
Pakruojo r. Dalių pagrindinės mokyklos
direktoriaus 2026-09-30
įsakymu Nr. V-194

**III savaitė**

**Pirmadienis** **Pusryčiai 8,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Kvietinių kruopų košė (tausojantis) | K-3 | 180 | 8,69 | 6,66 | 36,02 | 228,41 |
| Melisų arbata | G-1 | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Vaisių uogų kokteilis su pasukomis | D-5 | 130/60 | 2,97 | 0,57 | 19,93 | 90,18 |
| | | | | | | |
| | | **Iš viso:** | **11,66** | **7,23** | **55,95** | **318,59** |

**Pietūs 11,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė Vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Vaisiai 10 val. | | 200 | 1,80 | 0,60 | 28,80 | 116,40 |
| | | | | | | |
| Šviežių kopūstų sriuba su daržovėmis (augalinis) | S-1.1 | 150 | 1,61 | 3,17 | 10,78 | 72,17 |
| Pilno grūdo duona | | 35 | 2,59 | 0,56 | 14,98 | 81,55 |
| Paukštienos troškinys su daržovėmis (tausojantis) | MS-11 | 90 | 18,91 | 16,90 | 2,12 | 234,04 |
| Virti grikiai | GS-8 | 60 | 3,54 | 1,59 | 19,42 | 104,32 |
| Burokėlių salotos su agurku ir alyvuogių aliejumi | GS-13 | 60 | 0,86 | 5,11 | 3,67 | 59,81 |
| | | | | | | |
| | | **Iš viso:** | **29,31** | **27,93** | **79,77** | **668,29** |

**Vakarienė 15,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Varškės spygliukai (tausojantis) | M-6 | 140 | 16,46 | 8,99 | 33,94 | 282,75 |
| Grietinė 30% | | 30 | 0,72 | 9,00 | 0,93 | 87,90 |
| Ramunėlių arbata (nesaldinta) | | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | **Iš viso:** | **17,18** | **17,99** | **34,87** | **370,65** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | **58,15** | **53,15** | **170,59** | **1357,53** |

PATVIRTINTA
Pakruojo r. Pašilių pagrindinės mokyklos
direktoriaus 2026-08-30
įsakymu Nr. V-194

**III savaitė**

**Antradienis** **Pusryčiai 8,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Perlinių kruopų košė su morkomis, svogūnu (augalinis, tausojantis) | K-9.1 | 180 | 4,90 | 4,89 | 37,60 | 202,86 |
| Varškės sūris 22% su konservuotais vaisiais | Š-1.1 | 30/20 | 6,26 | 6,60 | 4,18 | 99,30 |
| Pienas 2,5% | G-1 | 130 | 4,42 | 3,25 | 6,37 | 72,80 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **15,58** | **14,74** | **48,15** | **374,96** |

**Pietūs 11,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė Vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Vaisiai 10val. | | 200 | 1,80 | 0,60 | 28,80 | 116,40 |
| | | | | | | |
| Pupelių sriuba su daržovėmis | S-2.1 | 150 | 5,28 | 2,87 | 18,09 | 106,16 |
| Virti kalakutienos kukuliai (tausojantis) | A-18 | 80 | 18,99 | 6,48 | 3,85 | 149,44 |
| Virtos bulvės | GS-1 | 60 | 1,24 | 0,06 | 11,35 | 50,22 |
| Pekino kopūstų salotos su ridikėliais , agurku ir alyvuogių aliejumi | GS-15 | 60 | 0,69 | 5,07 | 1,73 | 52,60 |
| Pomidoras | | 50 | 0,50 | 0,10 | 2,05 | 8,50 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **31,46** | **15,82** | **82,99** | **576,52** |

**Vakarienė 15,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Virtas kiaušinis (tausojantis) | Š-2 | 82 | 10,08 | 9,59 | 0,57 | 128,74 |
| Žali žirneliai, agurkas | | 30/30 | 2,16 | 0,18 | 5,79 | 24,30 |
| Pilno grūdo duona su sviestu | Š-3 | 40/8 | 3,02 | 7,25 | 17,18 | 152,72 |
| Čiobrelių arbata (nesaldinta) | G-1 | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **15,26** | **17,02** | **23,54** | **305,76** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | **62,30** | **47,58** | **154,68** | **1257,24** |

PATVIRTINTA
Pakruojo r. Bahų pagrindinės mokyklos
direktoriaus 2026-05-30
įsakymu Nr. V-194

**III savaitė**

**Trečiadienis** **Pusryčiai 8,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Avižinių dribsnių košė (tausojantis) | K-1.1 | 160 | 6,84 | 6,47 | 26,48 | 186,05 |
| Trinti konservuoti vaisiai | | 35 | 0,18 | 0,07 | 5,32 | 23,50 |
| Pienas 2,5% | | 140 | 4,72 | 3,50 | 6,86 | 78,40 |
| Smulkinti bananai su trintomis | D-4 | 60/30 | 1,02 | 0,18 | 15,36 | 66,60 |
| braškėmis | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **12,80** | **10,22** | **54,02** | **354,55** |

**Pietūs 11,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė Vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Vaisiai 10 val. | | 200 | 1,80 | 0,60 | 28,80 | 116,40 |
| | | | | | | |
| Žalių žirnelių sriuba su daržovėmis (tausojantis) | SD-18.1 | 150 | 2,68 | 3,19 | 11,69 | 75,22 |
| Pilno grūdo duona | | 30 | 2,22 | 0,48 | 12,84 | 69,90 |
| Kiaulienos maltinis su daržovėmis ir ryžiais (tausoja) | A-15 | 90 | 12,57 | 15,48 | 5,59 | 210,97 |
| Bulvių košė | GS-3 | 50 | 1,13 | 1,89 | 8,09 | 53,38 |
| Kopūstų salotos su agurkais ir alyvuogių aliejumi | GS-12 | 60 | 0,75 | 5,12 | 2,69 | |
| Pomidoras | | 50 | 0,10 | 2,05 | 2,05 | 8,50 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **21,66** | **26,88** | **71,75** | **580,52** |

**Vakarienė 15,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Lietiniai su varške | M-8 | 85/50 | 14,17 | 14,90 | 36,46 | 333,41 |
| Natūralus jogurtas | | 30 | 2,70 | 0,60 | 0,69 | 18,60 |
| Melisų arbata (nesaldinta) | G-1 | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **16,87** | **15,50** | **37,15** | **352,01** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | **51,32** | **51,58** | **162,92** | **1296,86** |

PATVIRTINTA
Pakruojo r. Daukų pagrindinės mokyklos
direktoriaus 2026-09-30
įsakymu Nr. V-194

**III savaitė**

**Ketvirtadienis** **Pusryčiai 8,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Grikių košė morkomis ir svogūn. (augalinis, tausojantis) | K-2.1 | 180 | 6,30 | 5,54 | 34,65 | 209,86 |
| Grūdų traputis su varškės užtepu | Š-6 | 20/30 | 5,38 | 2,48 | 15,71 | 105,86 |
| | | | | | | |
| Aviečių arbata (nesaldinta) | | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Vaisių ar uogų desertas su natūraliu jogurtu | D-1 | 80/20 | 2,52 | 0,64 | 11,10 | 56,08 |
| **Iš viso:** | | | **14,20** | **8,66** | **61,46** | **371,80** |

**Pietūs 11,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė Vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Vaisiai 10 val. | | 100 | 0,90 | 0,30 | 14,40 | 58,20 |
| | | | | | | |
| Burokėlių sriuba su grietine | S-3.1 | 150/4 | 1,31 | 3,78 | 9,09 | 71,17 |
| Pilno grūdo duona | | 20 | 1,48 | 0,32 | 8,56 | 46,60 |
| Viso grūdo makaronai su troškinta jautiena (tausojantis) | A-6 | 110/70 | 24,94 | 14,68 | 30,67 | 352,18 |
| Pekino kopūstų salotos su ridikėliais, pomidoru ir alyvuogių aliejumi | GS-6 | 60 | 0,75 | 5,08 | 1,99 | 54,43 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **29,38** | **24,16** | **64,71** | **582,58** |

**Vakarienė 15,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Varškės apkepas (tausojantis) | M-1 | 145 | 21,06 | 15,41 | 23,23 | 3174,40 |
| Trinti konservuoti vaisiai | | 40 | 0,20 | 0,08 | 6,08 | 26,40 |
| Ramunėlių arbata (nesaldinta) | G-1 | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **21,26** | **15,49** | **29,31** | **343,80** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | **64,84** | **48,31** | **155,48** | **1298,18** |

PATVIRTINTA
Pakruojo r. Balsų pagrindinės mokyklos
direktoriaus 2026-08-30
įsakymu Nr. V-194

**III savaitė**

**Penktadienis** **Pusryčiai 8,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Omletas (tausojantis) | A-4 | 80 | 9,25 | 13,81 | 5,65 | 182,76 |
| Agurkas | | 50 | 0,40 | 0,10 | 1,15 | 5,50 |
| Pilno grūdo duona su sviestu | G-1 | 35/6 | 2,63 | 4,69 | 15,02 | 118,75 |
| Čiobrelių arbata (nesaldinta) | | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Morkos (smulkintos lazdelėm) | | 150 | 1,50 | 0,30 | 13,05 | 46,50 |
| **Iš viso:** | | | **13,78** | **18,90** | **34,87** | **353,51** |

**Pietūs 11,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė Vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Vaisiai 10 val. | | 150 | 1,35 | 0,45 | 21,60 | 79,20 |
| | | | | | | |
| Perlinių kruopų sriuba su daržovėmis (tausojantis) | S-13 | 150 | 2,33 | 3,35 | 18,79 | 108,52 |
| Pilno grūdo duopna | | 20 | 1,48 | 0,32 | 8,56 | 46,60 |
| Kepta lašišos file (tausojantis) | A-5 | 70 | 16,93 | 13,57 | 0,18 | 190,00 |
| Virti lęšiai | GS-16 | 50 | 6,49 | 2,17 | 12,17 | 101,01 |
| Burokėlių salotos su žaliais žirneliais ir alyvuogių aliejumi | GS-11.1 | 60 | 1,28 | 4,16 | 6,36 | 60,33 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **30,18** | **24,10** | **68,58** | **590,06** |

**Vakarienė 15,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Bulvių piršteliai su varške (tausojantis) | M-3 | 150 | 7,90 | 3,93 | 37,58 | 214,11 |
| Natūralus jogurtas | | 30 | 2,70 | 0,60 | 0,69 | 18,60 |
| Kefyras 2,5% | | 170 | 5,78 | 4,25 | 8,33 | 102,00 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **12,06** | **12,81** | **57,05** | **386,81** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | **60,34** | **51,78** | **150,05** | **1278,28** |

PATVIRTINTA
Pakruojo r. Babių pagrindinės mokyklos
direktoriaus 2026-09-30
įsakymu Nr. V-134

**IV savaitė**

**Pirmadienis** **Pusryčiai 8,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Ryžių dribsnių košė (tausojantis) | K-4 | 180 | 6,52 | 2,94 | 36,26 | 198,00 |
| Trinti konservuoti vaisiai | | 30 | 0,15 | 0,06 | 4,56 | 19,80 |
| Pienas 2,5% | | 140 | 4,76 | 3,50 | 6,89 | 78,40 |
| Bananų ir apelsinų desertas | D-3 | 60/40 | 1,04 | 0,26 | 18,26 | 75,40 |
| | | **Iš viso:** | **12,47** | **6,76** | **65,97** | **371,60** |

**Pietūs 11,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė Vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Vaisiai 10 val. | | 150 | 1,35 | 0,45 | 21,60 | 79,20 |
| | | | | | | |
| Burokėlių sriuba su grietine | S-3.1 | 150/4 | 1,31 | 3,78 | 9,09 | 71,17 |
| Pilno grūdo duona | | 30 | 2,22 | 0,48 | 12,84 | 69,90 |
| Kalakutienos troškinys su daržovėmis (tausojantis) | A-17 | 70/60 | 20,83 | 8,10 | 4,87 | 170,28 |
| Virtos perlinės kruopos | GS-19 | 60 | 2,95 | 2,19 | 22,.58 | 115,38 |
| Kopūstų salotos su alyvuogių aliejumi | GS-5 | 60 | 0,76 | 5,09 | 3,59 | 58,03 |
| Pomidoras | | 40 | 0,32 | 0,08 | 0,92 | 4,40 |
| | | | | | | |
| | | **Iš viso:** | **29,74** | **20,17** | **75,49** | **568,36** |

**Vakarienė 15,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Daržovių troškinys su pupelėmis (augalinis, tausojantis) | A-22.1 | 80/85 | 10,48 | 5,81 | 29,67 | 184,96 |
| Pilno grūdo duona su sviestu ir fermentiniu sūriu | Š-6 | 30/5/20 | 6,46 | 10,21 | 13,28 | 176,10 |
| Ramunėlių arbata (nesaldinta) | G-1 | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | **Iš viso:** | **16,94** | **16,02** | **42,95** | **361,06** |
| | | **Iš viso (dienos davinio):** | **59,15** | **42,95** | **184,41** | **1301,02** |

PATVIRTINTA
Pakruojo r. Balsų pagrindinės mokyklos
direktoriaus 2026-09-30
įsakymu Nr. V-194

**IV savaitė**

**Antradienis** **Pusryčiai 8,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Omletas (tausojantis) | A-4 | 80 | 9,25 | 13,81 | 5,65 | 182,76 |
| Pomidoras | | 40 | 0,40 | 0,08 | 1,64 | 6,80 |
| Žali žirneliai | | 50 | 3,20 | 0,20 | 8,50 | 35,00 |
| Pilno grūdo duona su sviestu | Š-3.2 | 30/4 | 2,25 | 3,78 | 12,87 | 99,66 |
| Melisų arbata (nesaldinta) | | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| **Iš viso:** | | | **15,10** | **17,87** | **28,66** | **324,22** |

**Pietūs 11,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė Vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Vaisiai 10 val. | | 150 | 1,35 | 0,45 | 21,60 | 79,20 |
| | | | | | | |
| Trinta moliūgų sriuba su daržovėmis (tausojantis) | S-14 | 150 | 1,28 | 2,56 | 9,13 | 62,07 |
| Pilno grūdo duona | | 20 | 1,48 | 0,32 | 8,56 | 46,60 |
| Jautienos ir kiaulienos maltinis (tausojantis) | A-10 | 80 | 16,50 | 13,88 | 2,78 | 198,29 |
| Virti grikiai | GS-2 | 60 | 3,54 | 1,59 | 19,42 | 104,32 |
| Pekino kopūstų salotos so pomidoru ir alyvuogių aliejumi | GS-2 | 60 | 0,77 | 4,09 | 1,92 | 45,27 |
| Agurkas | | 30 | 0,24 | 0,06 | 0,69 | 3,30 |
| **Iš viso:** | | | **25,90** | **23,11** | **68,38** | **562,35** |

**Vakarienė 15,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Virtų bulvių ir varškės kotletai | M-9 | 150 | 11,47 | 5,60 | 35,75 | 236,98 |
| Natūralus jogurtas | | 30 | 2,70 | 0,60 | 0,69 | 18,60 |
| Kefyras 2,5% | | 170 | 5,78 | 4,25 | 8,33 | 102,00 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **19,27** | **9,95** | **43,79** | **345,58** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | **60,27** | **50,93** | **140,83** | **1232,15** |

PATVIRTINTA
Pakruojo r. Batnų pagrindinės mokyklos
direktoriaus 2026-09-30
įsakymu Nr. V-194

**IV savaitė**

**Trečiadienis** **Pusryčiai 8,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Manų košė (tausojantis) | K-11 | 180 | 7,03 | 6,15 | 31,11 | 211,76 |
| Uogienė | | 25 | 0,08 | 0,00 | 18,65 | 70,50 |
| Pienas 2,5% | | 160 | 5,44 | 4,00 | 7,84 | 89,60 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **12,55** | **10,15** | **57,60** | **371,86** |

**Pietūs 11,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė Vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Vaisiai 10val | | 140 | 1,26 | 0,42 | 20,16 | 73,92 |
| | | | | | | |
| Žirnių sriuba su daržovėmis (augalinis) | S-9 | 150 | 4,53 | 3,33 | 16,69 | 109,69 |
| Pilno grūdo duona | | 20 | 1,48 | 0,32 | 8,56 | 46,60 |
| Ryžių troškinys su daržovėmis ir kiauliena (tausojantis) | A-12 | 120/70 | 21,65 | 12,41 | 26,00 | 302,23 |
| Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi | GS-5 | 60 | 0,76 | 5,09 | 3,59 | 58,03 |
| Agurkas | | 30 | 0,24 | 0,06 | 0,69 | 3,30 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **29,92** | **21,63** | **75,69** | **593,77** |

**Vakarienė 15,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Virti varškėčiai (tausojantis) | M-2 | 150 | 20,23 | 9,83 | 38,12 | 319,90 |
| Grietinė 30% | | 20 | 0,48 | 6,00 | 0,62 | 58,60 |
| Čiobrelių arbata (nesaldinta) | G-1 | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **20,71** | **15,83** | **38,74** | **378,50** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | **63,18** | **47,61** | **172,03** | **1344,13** |

PATVIRTINTA
Pasvalio r. Balsių pagrindinės mokyklos
direktoriaus 2026-09-30
įsakymu Nr. V-194

**IV savaitė**

**Ketvrtadienis** **Pusryčiai 8,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Grikių košė su morkomis ir | K-2.1 | 180 | 6,30 | 5,54 | 34,65 | 209,86 |
| svogūnu (augalinis,tausojantis | | | | | | |
| | | | | | | |
| Varškės sūris 22% su | Š-1.1 | 25/15 | 4,63 | 5,53 | 3,23 | 81,65 |
| konservuotais vaisiais | | | | | | |
| Pienas 2,5% | | 150 | 5,10 | 3,75 | 7,35 | 84,00 |
| **Iš viso:** | | | **16,03** | **14,82** | **45,23** | **375,51** |

**Pietūs 11,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė Vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Vaisiai 10val | | 150 | 1,35 | 0,45 | 21,60 | 79,20 |
| | | | | | | |
| Trinta lęšių sriuba su daržovėmis | S-7 | 150 | 5,68 | 2,94 | 16,53 | 117,87 |
| Pilno grūdo duona | | 30 | 2,22 | 0,48 | 12,84 | 69,90 |
| Žuvies maltinis (tausojantis) | A-9 | 80 | 13,15 | 7,58 | 6,26 | 145,15 |
| Bulvių košė | GS-3 | 50 | 1,13 | 1,89 | 8,09 | 53,38 |
| Burokėlių salotos agurkais, žirneliais ir aliejumi | GS-13 | 60 | 1,35 | 5,16 | 5,25 | 67,06 |
| Pomidoras | | 40 | 0,40 | 0,08 | 1,64 | 6,40 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **25,55** | **19,47** | **74,15** | **555,62** |

**Vakarienė 15,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Varškės, morkų ir avižinių dribsnių blynai | M-4 | 140 | 13,16 | 10,68 | 34,15 | 279,34 |
| Uogienė | | 30 | 0,10 | 0,00 | 22,38 | 84,60 |
| Ramunėlių arbata (nesaldinta) | | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| | | | | | | |
| **Iš viso:** | | | **13,26** | **10,68** | **56,53** | **363,94** |
| **Iš viso (dienos davinio):** | | | **54,84** | **44,97** | **175,91** | **1295,07** |

PATVIRTINTA
Pakruojo r. Stalgų pagrindinės mokyklos
direktoriaus 2026-08-30
įsakymu Nr. V-194

**IV savaitė**

**Penktadienis** **Pusryčiai 8,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Kukurūzų kruopų košė (tausojantis) | K-12 | 180 | 6,83 | 6,20 | 35,73 | 218,56 |
| Melisų arbata | G-1 | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Vaisių ar uogų desertas su natūraliu jogurtu | D-1 | 130/60 | 6,57 | 1,59 | 18,67 | 108,18 |
| | | **Iš viso:** | **13,40** | **7,79** | **54,40** | **326,74** |

**Pietūs 11,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė Vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Vaisiai 10 val. | | 200 | 1,80 | 0,60 | 28,80 | 116,40 |
| | | | | | | |
| Šviežių kopūstų sriuba su daržovėmis (augalinis) | S-1.1 | 150 | 1,61 | 3,17 | 10,78 | 72,17 |
| Pilno grūdo duona | | 40 | 2,96 | 0,64 | 17,12 | 93,20 |
| Paukštienos maltinis (tausojantis) | A-4.1 | 80 | 20,84 | 5,10 | 3,04 | 141,25 |
| Virtos bulvės | GS-1 | 60 | 1,24 | 0,06 | 11,35 | 50,22 |
| Troškintos morkos su šaldytais žirneliai | GS-2.1 | 50 | 0,76 | 2,61 | 3,40 | 38,27 |
| Agurkas | | 50 | 0,40 | 0,10 | 1,15 | 5,50 |
| | | **Iš viso:** | **30,20** | **18,30** | **76,56** | **577,61** |

**Vakarienė 15,30val.**

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga | Patiekalo maistinė vertė, g | | | Energetinė vertė, g |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliavandeniai, g | |
| Pieniška perlinių kruopų sriuba (tausojantis) | S-15 | 150 | 4,22 | 5,57 | 15,23 | 124,81 |
| Varškės desertas su konservuotais vaisiais | D-6 | 110/40 | 16,48 | 8,87 | 13,67 | 201,64 |
| | | **Iš viso:** | **20,70** | **14,44** | **28,90** | **326,45** |
| | | **Iš viso (dienos davinio):** | **64,30** | **40,53** | **159,86** | **1230,80** |

PATVIRTINTA
Pakruojo r. Balsių pagrindinės mokyklos
direktoriaus 2026-09-30
įsakymu Nr. V-194

# 20 dienų energetinės vertės vidurkis

| Sav. | Dienos | Baltymai | Riebalai | Angliavanden | Kalorijos |
|---|---|---|---|---|---|
| I | Pirmadienis | 58,91 | 44,16 | 164,16 | 1247,38 |
| | Antradienis | 56,86 | 51,09 | 155,57 | 1293,80 |
| | Trečiadienis | 53,30 | 50,25 | 166,42 | 1291,48 |
| | Ketvirtadienis | 55,18 | 49,03 | 152,62 | 1227,63 |
| | Penktadienis | 58,68 | 36,08 | 187,16 | 1269,07 |
| | | | | | |
| II | Pirmadienis | 57,13 | 47,17 | 173,54 | 1331,92 |
| | Antradienis | 60,31 | 41,47 | 198,18 | 1380,24 |
| | Trečiadienis | 53,62 | 49,74 | 156,71 | 1263,50 |
| | Ketvirtadienis | 54,10 | 43,82 | 163,46 | 1245,87 |
| | Penktadienis | 59,52 | 49,78 | 165,17 | 1315,59 |
| | | | | | |
| III | Pirmadienis | 58,15 | 53,15 | 170,59 | 1357,53 |
| | Antradienis | 62,30 | 47,58 | 154,68 | 1257,24 |
| | Trečiadienis | 51,32 | 51,58 | 162,92 | 1296,86 |
| | Ketvirtadienis | 64,84 | 48,31 | 155,48 | 1298,18 |
| | Penktadienis | 60,34 | 51,78 | 150,05 | 1278,28 |
| | | | | | |
| IV | Pirmadienis | 59,15 | 42,95 | 184,41 | 1301,02 |
| | Antradienis | 60,27 | 50,93 | 140,83 | 1232,15 |
| | Trečiadienis | 63,18 | 47,61 | 172,03 | 1344,13 |
| | Ketvirtadienis | 54,84 | 44,97 | 175,91 | 1295,07 |
| | Penktadienis | 64,30 | 40,53 | 159,86 | 1230,80 |
| | | | | | |
| **Viso:** | | **1166,30** | **941,98** | **4709,75** | **25757,74** |
| **1 d.** | | **58,32** | **47,10** | **235,49** | **1287,89** |