

Prienų „Žiburio“ gimnazija

Pietūs

11 metų ir vyresnio amžiaus vaikai

6

Antra savaitė

Pirmadienis



TVIRTINU
Prienų „Žiburio“ gimnazija
Direktorė
Irma Kaciūskienė

Nemokamas mokinių maitinimas

MB "Gimnaita"

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojančis) (augalinis)	S-1	150	1,90	0,00	12,20	56,80
Viso grūdo ruginė duona	De-4	20	1,40	0,30	10,40	51,30
Apkeptas su garais vištienos kukulis (tausojančis)	PAT-07	140	24,20	6,50	9,00	192,00
Ryžių kruopų plovas su vištiena (tausojančis)	PAT-17	200	15,80	8,80	23,50	244,00
Makaronai su fermentiniu sūriu, 45% (tausojančis)	PAT-05	200	11,10	7,40	43,70	286,00
Daržovių troškiny (augalinis) (tausojančis)	AUG-01	200	4,20	5,80	50,80	183,20
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
GARNYRAS						
Virti griekiai (augalinis) (tausojančis)	V-17	90	4,40	1,20	20,00	120,10
Virti avižiniai dribsniai (augalinis) (tausojančis)	GAR-07	90	3,07	0,91	25,10	101,10
SALOTOS						
Šviežių kopūstų salotos (augalinis)	SLT-14	70	0,85	5,11	5,02	53,63
Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	SL-2	70	1,30	4,00	6,50	69,90
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	SL-1	70	1,3	4	4,1	57,5
Sezoninių daržovių rinkinukas 3-jų rūšių (augalinis)	SLT-15	10/10/10	0,6	0,1	3	15
GĖRIMAS						
Stalo vanduo	G-6	150	0,00	0,00	0,00	0,00
VAISIAI						
Vaisius (sezoniškas)	V-1	60	0,40	0,00	12,00	53,00

Sudarė: dietistė Simona Šlužaitė

Prienu „Žiburio“ gimnazija

Pietūs

11 metų ir vyresnio amžiaus vaikai

7

Antra savaitė

Antradienis



TVIRTINU
Prienu „Žiburio“ gimnazija
Direktorė
Irena Kaciūskienė

Nemokamas mokinių maitinimas

MB "Ginartia"

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	S-19	150	0,95	1,40	7,91	48,01
Viso grūdų ruginė duona	De-4	20	1,40	0,30	10,40	51,30
Keptas maltos kiaušienos šnicelis (tausojantis)	PAT-08	140	27,50	12,70	9,30	261,00
Kiaulienos troškiny su daržovėmis (tausojantis)	PAT-26	200	16,60	16,80	9,40	251,00
Virti varškėčiai (tausojantis)	PAT-31	200	22,10	10,50	40,80	349,00
Grikių kruopų troškiny su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-06	200	6,80	6,40	48,48	209,60
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
GARNYRAS						
Virtų bulvių tyrė (augalinis) (tausojantis)	GAR-01	90	2,00	0,95	16,00	75,00
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	GAR-05	90	2,10	0,95	23,70	100,23
SALOTOS						
Šviežių kopūstų salotos (augalinis)	SLT-14	70	0,85	5,11	5,02	53,63
Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	SL-2	70	1,30	4,00	6,50	69,90
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	SL-1	70	1,3	4	4,1	57,5
Sezoninių daržovių rinkinukas 3-jų rūšių (augalinis)	SLT-15	10/10/10	0,6	0,1	3	15
GĖRIMAS						
Stalo vanduo	G-6	150	0,00	0,00	0,00	0,00
VAISIAI						
Vaisius (sezoninis)	V-1	60	0,40	0,00	12,00	53,00

Sudarė: dietistė Simona Šliužaitė



Nemokamas mokinių maitinimas

MB "Ginurita"

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kca
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su kopūstais (tausojantis) (augalinis)	S-21	150	1,20	2,00	8,30	55,00
Viso grūdo ruginė duona	De-4	20	1,40	0,30	10,40	51,30
Skrvyčiai (tausojantis)	PAT-33	200	10,50	2,20	63,10	317,00
Keptas su garais vištienos maitinis (tausojantis)	PAT-15	140	24,20	9,50	9,00	219,00
Virtų bulvių paplotėliai „Švilpikai“ (tausojantis)	PAT-30	200	7,50	4,50	50,80	273,00
Žirnių troškiny su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-03	200	8,40	7,00	47,28	215,40
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kca
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
GARNYRAS						
Virtos miežinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	GAR-04	90	2,10	0,25	15,00	75,00
Virti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	GAR-03	90	5,12	0,91	33,01	101,40
SALOTOS						
Šviežių kopūstų salotos su obuoliu (augalinis)	SLT-09	70	0,79	5,11	5,06	56,29
Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	SL-2	70	1,30	4,00	6,50	69,90
Morkų salotos su obuoliais (augalinis)	SLT-03	70	0,5	5,1	6,8	73
Sezoninių daržovių rinkinukas 3-jų rūšių (augalinis)	SLT-15	10/10/10	0,6	0,1	3	15
GĖRIMAS						
Stalo vanduo	G-6	150	0,00	0,00	0,00	0,00
VAISIAI						
Vaisius (sezoninis)	V-1	60	0,40	0,00	12,00	53,00

Sudarė: dietistė Simona Štūžaitė



Nemokamas mokinių maitinimas

MB "Ginaita"

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kca
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raudonųjų įešių su pomidorais sriuba (tausojantis) (augalinis)	S-14	150	7,08	2,28	24,39	146,44
Viso grūdo ruginė duona	De-4	20	1,40	0,30	10,40	51,30
Virtas kiaulienos kukulis (tausojantis)	PAT-12	140	23,9	14,8	9	265
Kepti su garais varškėčiai (tausojantis)	PAT-32	200	23,80	14,30	47,40	418,00
Virti makaronai su daržovėmis (tausojantis)	PAT-10	200	7,30	3,90	43,70	238,00
Ryžių kruopų troškiny su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-07	200	6,00	5,80	48,08	202,20
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
GARNYRAS						
Virtų bulvių tyrė (augalinis) (tausojantis)	GAR-01	90	2,00	0,95	16,00	75,00
Virti avižiniai dribsniai (augalinis) (tausojantis)	GAR-07	90	3,07	0,91	25,10	101,10
SALOTOS						
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	SL-1	70	1,3	4	4,1	57,5
Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	SL-2	70	1,30	4,00	6,50	69,90
Pekino kopūstų salotos su obuoliu (augalinis)	SLT-08	70	0,60	5,10	4,70	65,00
Sezoninių daržovių rinkinukas 3-jų rūšių (augalinis)	SLT-15	10/10/10	0,6	0,1	3	15
GĖRIMAS						
Stalo vanduo	G-6	150	0,00	0,00	0,00	0,00
VAISIAI						
Vaisius (sezoninis)	V-1	60	0,40	0,00	12,00	53,00

Sudarė: dietistė Simona Štiražaitė

Prienu „Žiburio“ gimnazija

Pietūs

11 metų ir vyresnio amžiaus vaikai

10

Antra savaitė

Penktadienis



TVIRTINU
Prienu „Žiburio“ gimnazija
Direktoriė

Irma Kacinauskienė

Nemokamas mokinių maitinimas

MB "Ginartita"

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kca
			baltymai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Trinta daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	S-11	150	1,60	2,50	10,50	66,90
Viso grūdo ruginė duona	De-4	20	1,40	0,30	10,40	51,30
Keptas su garais liesos žuvies (jūros lydekos filė) maltinis (tausojantis)	PAT-02	140	22,50	6,70	9,00	189,00
Virtos pienoškos vištienos dešrelės (tausojantis)	PAT-09	3x55	19,80	24,90	6,00	327,00
Varškės, 9% - manų kruopų apkepas (tausojantis)	PAT-24	180	18,70	14,00	32,40	331,00
Miežinių kruopų troškiny su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-05	200	6,20	6,40	46,28	196,80
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
GARINYS						
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	GAR-05	90	2,10	0,95	23,70	100,23
Virti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	GAR-03	90	5,12	0,91	33,01	101,40
SALOTOS						
Šviežių kopūstų salotos (augalinis)	SLT-14	70	0,85	5,11	5,02	53,63
Burokėlių salotos su alyumi (augalinis)	SL-2	70	1,30	4,00	6,50	69,90
Morkų salotos su obuoliais (augalinis)	SLT-03	70	0,5	5,1	6,8	73
Sezoninių daržovių rinkinukas 3-jų rūšių (augalinis)	SLT-15	10/10/10	0,6	0,1	3	15
GĖRIMAS						
Stalo vanduo	G-6	150	0,00	0,00	0,00	0,00
VAISIAI						
Vaisius (sezoninis)	V-1	60	0,40	0,00	12,00	53,00

Sudarė: dietistė Simona Šliužaitė