

UŽDAROJI AKCINĖ BENDROVĖ „MAISTO SLĖNIS“

Uždaroji akcinė bendrovė, Naftininkų g.38-2, LT-89154 Mažeikiai, tel. (8 443) 20 300, (8 443) 20 301,
faks. (8 443) 20 303, Duomenys apie juridinį asmenį kaupiami ir saugomi VĮ „Registrų centras“,
Kodas 304939259 PVM kodas LT100011972512

TVIRTINU *Maitinimo organizavimo
regiono vadovą
Tomas Petrauskis*

SUDERINTA:

JG *2022-11-07*
Direktorė
Janina Grigienė

15 DIENŲ VEGANIŠKŲ PATIEKALŲ VALGIARAŠTIS

Prano Mašiotų progimnazija, Varpų g. 3, Klaipėda

(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas)

Įstaigos darbo laikas

Nuo *08:00* iki *15:00* val.

1 savaitė

PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

Pirmadienis

VEGANIŠKAS II metų ir vyresnių

Pietūs

Patekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-64/150	150	1,73	5,73	11,10	100,47
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40	40	2,59	0,44	20,92	94,89
Lęšių kotletai (tausojantis)(augalinis)	ADP-9/180	180	19,92	8,41	50,55	342,53
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su saulėgrąžų aliejumi (augalinis)	SAL-18/100	100	1,35	4,77	7,46	74,58
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
Iš viso:		Iš viso:	26,43	19,67	113,89	706,02

Iš viso (dienos davinio): 26,43 19,67 113,89 706,02

Antradienis

Pietūs

Patekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-1/150	150	1,44	2,89	13,05	80,08
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40	40	2,59	0,44	20,92	94,89
Bulvių, morkų, žirnių troškiny (augalinis)(tausojantis)	DRŽP-44/250	250	10,61	12,16	50,15	342,49
Burokėlių salotos su marinuotais agurkais (augalinis)	SAL-120/100	100	1,36	9,31	7,01	111,85
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
Iš viso:		Iš viso:	16,84	25,12	114,99	722,86

Iš viso (dienos davinio): 16,84 25,12 114,99 722,86

Direktore
Jautina Grigienė

Maitinimo organizavimo
regiono vadovas
Tomas Petraitis

Trečiadienis

Pietas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis, morkomis ir šaldytais žirneliais(augalinis) (tausojančias)	SR-30/150	150	1,26	5,61	7,72	85,19
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40	40	2,59	0,44	20,92	94,89
Makaronai su brokoliais ir pomidorais (tausojančias)	MLT-3/250	250	9,17	8,76	60,09	363,39
Burokėlių salotos su saulėgrąžų aliejumi (augalinis)	SAL-16/50	50	0,81	2,83	4,81	43,59
Marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-56/50	50	0,40	0,00	1,05	6,00
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
Iš viso:			15,07	17,96	118,45	686,61

Iš viso (dienos davinio): 15,07 17,96 118,45 686,61

Ketvirtadienis

Pietas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išciga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba (augalinis) (tausojančias)	SR-86/150	150	3,49	5,74	13,78	116,34
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40	40	2,59	0,44	20,92	94,89
Ryžiai su brokoliais ir pomidorais (augalinis) (tausojančias)	MLT-3A/220	220	4,90	7,99	52,74	302,29
Šviežių daržovių salotos (pekino kopūstai, ridikėliai, agurkai) su saulėgrąžų aliejumi (augalinis)	SAL-63/100	100	0,92	6,45	3,43	75,68
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
Iš viso:			14,74	20,94	114,73	682,75

Iš viso (dienos davinio): 14,74 20,94 114,73 682,75


 Direktoriė
 J. Juina Grigienė

Pentadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (šaldytos daržovės) (augalinis) (tausojantis)	SR-56/150	150	1,53	5,74	8,16	90,70
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40	40	2,59	0,44	20,92	94,89
Griklių troškiny su daržovėmis (morkos,svogūnai,kopūstai,cukinija,moliūgai) (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-8/250	250	7,96	5,21	44,35	249,01
Pekino kopūstas, šv.agurkas, pomidoras (augalinis)	SAL-90/100	100	0,94	5,56	4,16	69,81
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
Iš viso:			14,86	17,27	101,45	597,96

Iš viso (dienos davinio): 14,86 17,27 101,45 597,96

2 savaitė

Pirmadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-37/100	100	0,97	3,79	5,03	55,77
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40	40	2,59	0,44	20,92	94,89
Įdaryta cukinija su daržovėmis (tausojantis) (troškintas)(augalinis)	DRŽP-66A/160	160	3,82	10,38	19,81	186,49
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	GAR-27/100	100	6,30	1,55	34,65	174,50
Šv.kopūstų, morkų ir obuolių salotos su saulėgrąžų aliejumi (augalinis)	SAL-19/100	100	0,96	4,81	8,16	78,11
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
Iš viso:			15,48	21,29	112,43	683,31

Iš viso (dienos davinio): 15,48 21,29 112,43 683,31


 Direktore
 J. Grigienė

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-67/150	150	1,27	5,68	10,22	95,58
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40	40	2,59	0,44	20,92	94,89
Daržovių troškiny (bulvės, morkos, žiediniai kopūstai, molūgai (augalinis) (tausojantis)	DRŽP-11/300	300	4,87	11,52	34,23	253,36
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis, raugintais agurkais ir saulėgrąžų aliejumi (augalinis)	SAL-20/150	150	3,94	9,97	15,33	153,27
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
Iš viso:			14,51	27,93	104,56	690,65
Iš viso (dienos davinio):			14,51	27,93	104,56	690,65

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-1/150	150	1,44	2,89	13,05	80,08
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40	40	2,59	0,44	20,92	94,89
Bulvių plokštainis (keptas su garais)(augalinis)	VGDRŽP-43A/250	250	5,17	18,68	46,88	372,94
Marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-56/80	80	0,64	0,00	1,68	9,60
Daržovių lazdelių MIX (augalinis)	SAL-202/80	80	0,75	0,08	4,80	25,30
Vanduo su citrina	GĖR-1A/SPI7-1/1	150	0,04	0,02	0,48	1,63
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
Iš viso:			14,43	22,41	111,21	676,44
Iš viso (dienos davinio):			14,43	22,41	111,21	676,44

Ketvirtadienis

Pietūs

Patekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-6/150	150	3,90	3,03	15,27	99,61
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40	40	2,59	0,44	20,92	94,89
Pupelių ir daržovių (pomidorai, morkos) troškiny su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	ADP-5/250	250	14,40	8,40	60,19	339,54
Kęptų burokėlių salotos su sezamų sėklomis (augalinis)	SAL-98/100(E)	100	2,18	11,54	10,70	146,31
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
Iš viso:			23,91	23,73	130,94	773,90

Iš viso (dienos davinio): 23,91 23,73 130,94 773,90

Pentadienis

Pietūs

Patekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Valstiečių bulvienė su kruopomis (augalinis) (tausojantis)	SR-66/150	150	1,72	5,75	11,89	102,39
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40	40	2,59	0,44	20,92	94,89
Orkaitėje kepti grikių ir daržovių (bulvės, morkos, porai, salierai) maltinukai (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-16/250	250	10,70	9,13	65,15	380,51
Morkų salotos su saulėgrąžomis ir saulėgrąžų aliejumi (augalinis)	SAL-112/100	100	1,72	5,28	8,75	95,01
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
Iš viso:			17,57	20,92	130,57	766,35

Iš viso (dienos davinio): 17,57 20,92 130,57 766,35

Direktorė
Jautina Grigienė



Maitinimo organizavimas
regiono vadovė
Tomas Petraitis

Puslapis 5 iš 8

3 savaitė

Pirmadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-34/150	150	3,96	5,83	15,53	123,10
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40	40	2,59	0,44	20,92	94,89
Pupelių-daržovių (bulvės, morkos, brokoliai, paprikos) troškiny (tausojantis)	ADP-3/200	200	11,36	10,18	37,78	265,97
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su saulėgrąžų aliejumi (augalinis)	SAL-18/100	100	1,35	4,77	7,46	74,58
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
		Iš viso:	20,10	21,54	105,55	652,09

Iš viso (dienos davinio): 20,10 21,54 105,55 652,09

Antradienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	SR-79/150	150	2,34	5,68	12,45	105,11
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40	40	2,59	0,44	20,92	94,89
Cukinių, moliūgų, morkų, avinžirnių troškiny (augalinis)(tausojantis)	DRŽP-48A/250	250	8,77	13,66	35,00	308,62
Daržovių lazdelių MIX (augalinis)	SAL-202/100	100	0,95	0,10	6,54	34,30
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
		Iš viso:	15,49	20,20	98,77	636,47

Iš viso (dienos davinio): 15,49 20,20 98,77 636,47

Dirktorė
E. Jūta Grigienė

Maistinio organizavimo
regiono vadovas
Tomas Petraitis

Puslapis 6 iš 8

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išreiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis, morkomis, pomidorais (augalinis) (tausojančias)	SR-10/150	150	1,88	2,95	13,07	85,98
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40	40	2,59	0,44	20,92	94,89
Ryžių plovos su pievagrybiais (augalinis)(tausojančias)	KMP-10/200	200	6,18	13,44	31,67	265,14
Marinuoti agurkai (augalinis)	SAL-56/80	80	0,64	0,00	1,68	9,60
Daržovių lazdelių MIX (augalinis)	SAL-202/80	80	0,75	0,08	4,80	25,30
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
Iš viso:			14,88	17,23	96,00	574,46
Iš viso (dienos davinio):			14,88	17,23	96,00	574,46

Ketvirtadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išreiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kr.sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojančias)	SR-13/150	150	2,16	3,09	15,22	96,17
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40	40	2,59	0,44	20,92	94,89
Balandėliai su daržovėmis (tausojančias)(troškintas)(augalinis)	DRŽP-52/240	240	5,80	15,64	30,79	277,56
Virtos bulvės (augalinis) (tausojančias)	GAR-15/100	100	2,08	0,10	19,03	84,24
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su saulėgrąžų aliejumi (augalinis)	SAL-18/100	100	1,35	4,77	7,46	74,58
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
Iš viso:			14,82	24,36	117,28	720,99
Iš viso (dienos davinio):			14,82	24,36	117,28	720,99

Direktoriė
 Jovita Grigienė

Maitinimo organizavimo
 regiono vadovas
 Tomas Petraitis

Pentadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šparaginių pupelių sriuba su pomidorais(augalinis)(tausojančias)	SR-38/150	150	1,72	1,68	10,60	56,84
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8/40	40	2,59	0,44	20,92	94,89
Kepti virtų bulvių blynai su lęšių įdaru (augalinis) (tausojančias)	DRŽP-47/210	150/60	10,87	14,45	62,76	415,89
Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)	SAL-22/100	100	1,54	2,41	10,90	63,23
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	0,04	0,02	0,46	1,55
Vaisiai (sezoniniai vaisiai)	VS-1/100	100	0,80	0,30	23,40	92,00
		Iš viso:	17,56	19,30	129,04	724,40

Iš viso (dienos davinio): 17,56 19,30 129,04 724,40

Direktorė
Agnė Čižikienė

Maitinimo organizavimo
regiono vadovė
Tomas Petraitis

Puslapis 8 iš 8