TVIRTINU

Tvirtinimo data

MB ,,GINARITA''

Alytaus r. Daugų Vlado Mirono gimnazija, Vlado Mirono g. 2, 64140 Daugai

15 DIENŲ NEMOKAMO MAITINIMO VALGIARAŠTIS

6- 10 m.amžiaus vaikai

Įstaigos darbo laikas 09:00 – 13: 30

Valgiaraštis įsigalioja 2026-09-01

Parengė: dietistė Simona Šliužaitė

Alytaus r. Daugų Vlado Mirono gimnazija

Pietūs

6-10 m. amžiaus grupė

11

Trečia savaitė

Pirmadienis

Nemokamas mokinių maitinimas

MB " Ginarita"

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šaldytų daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	S-5	150	2,10	3,40	12,60	90,50
Viso grūdo ruginė duona	De-4	20	1,40	0,30	10,40	51,30
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	GIN-08	90	8,83	8,76	7,61	144,00
Keptas maltos kiaulienos šnicelis (tausojantis)	PAT-08	70	13,75	6,35	4,65	130,50
Virti makaronai su daržovėmis (tausojantis)	PAT-10	140	5,11	2,73	30,59	166,60
Daržovių troškinys (augalinis) (tausojantis)	AUG-01	140	2,94	4,06	35,56	128,24

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
GARNYRAS						
Virti grikiai (augalinis) (tausojantis)	V-17	80	1,80	0,90	16,00	101,00
Virti avižiniai dribsniai (augalinis) (tausojantis)	GAR-07	80	2,92	0,82	22,76	94,77
SALOTOS						
Sezoninių daržovių rinkinukas 3-jų rūšių (augalinis)	SLT-15	10/10/10	0,6	0,1	3	15
Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	SL-2	70	1,30	4,00	6,50	69,90
Šviežių kopūstų salotos su morkomis (augalinis)	SLT-19	70	0,85	5,11	5,62	55,13
GĖRIMAS						
Stalo vanduo	G-6	150	0,00	0,00	0,00	0,00
VAISIAI/ DARŽOVĖS						
Vaisius (sezoninis)	V-1	60	0,40	0,00	12,00	53,00

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
vykdanti direktoriaus pareigas
Raimonda Šilalė

Dietistė
Simona Šliužaitė

Alytaus r. Daugų Vlado Mirono gimnazija

Pietūs

6-10 m. amžiaus grupė

12

Trečia savaitė

Antradienis

Nemokamas mokinių maitinimas

MB " Ginarita"

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	SR-8	150	1,68	0,21	11,51	56,19
Viso grūdo ruginė duona	De-4	20	1,40	0,30	10,40	51,30
Virtas vištienos kukulis (tausojantis)	PAT-13	70	11,95	3,40	4,50	96,50
Vištienos troškinys su daržovėmis (tausojantis)	PAT-24	160	16,62	12,44	28,80	294,22
Virti varškėčiai (tausojantis)	PAT-31	140	15,47	7,35	28,56	244,30
Pupelių troškinys su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-02	140	3,36	4,34	32,61	138,46

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
GARNYRAS						
Virtų bulvių tyrė (augalinis) (tausojantis)	GAR-01	80	1,76	0,80	14,40	71,20
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	GAR-05	80	1,89	0,82	21,09	89,99
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
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/ DARŽOVĖS						
Vaisius (sezoninis)	V-1	60	0,40	0,00	12,00	53,00

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
vykdanti direktoriaus pareigas
Raimonda Šilalė

Dietistė
Simona Šliužaitė

Alytaus r. Daugų Vlado Mirono gimnazija
Pietūs
6-10 m. amžiaus grupė

13
Trečia savaitė
Trečiadienis

Nemokamas mokinių maitinimas

MB " Ginarita"

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SR-1	150	1,18	1,89	9,16	52,98
Viso grūdo ruginė duona	De-4	20	1,40	0,30	10,40	51,30
Keptas su garais kiaulienos maltinis (tausojantis)	PAT-14	70	13,30	5,95	4,50	125,00
Naminiai blynai su obuoliu	PAT-16	160	9,28	8,88	52,08	330,40
Kepti su garais varškėčiai (tausojantis)	PAT-32	2x70	16,66	10,01	33,18	292,60
Žirnių troškinys su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-03	140	5,88	4,90	33,03	150,78

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
GARNYRAS						
Virti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	GAR-03	80	4,50	0,82	28,90	94,58
Virtos miežinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	GAR-04	80	1,76	0,24	12,80	61,60
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
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/ DARŽOVĖS						
Vaisius (sezoninis)	V-1	60	0,40	0,00	12,00	53,00

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
vykdanti direktoriaus pareigas
Raimonda Šilalė

Dietistė
Simona Šliužaitė

Alytaus r. Daugų Vlado Mirono gimnazija

Pietūs

6-10 m. amžiaus grupė

14

Trečia savaitė

Ketvirtadienis

Nemokamas mokinių maitinimas

MB " Ginarita"

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su miežinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	S-4	150	2,00	2,20	17,30	99,00
Viso grūdo ruginė duona	De-4	20	1,40	0,30	10,40	51,30
Apkeptas su garais vištienos kukulis (tausojantis)	PAT-07	70	12,10	3,25	4,50	96,00
Makaronai su fermentiniu sūriu, 45% (tausojantis)	PAT-06	140	11,1	7,4	43,7	286
Varškės, 9% - manų kruopų apkepas (tausojantis)	PAT-24	120	12,47	9,33	21,60	220,67
Ryžių kruopų troškinys su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-07	140	4,20	4,06	33,59	141,54

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
GARNYRAS						
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	GAR-05	80	1,89	0,82	21,09	89,99
Virti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	GAR-03	80	4,50	0,82	28,90	94,58
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
Sezoninių daržovių rinkinukas 3-jų rūšių (augalinis)	SLT-15	10/10/10	0,6	0,1	3	15
Stalo vanduo	G-6	150	0,00	0,00	0,00	0,00
VAISIAI/ DARŽOVĖS						
Vaisius (sezoninis)	V-1	60	0,40	0,00	12,00	53,00

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
vykdanti direktoriaus pareigas
Raimonda Šilalė

Dietistė
Simona Šliužaitė

Alytaus r. Daugų Vlado Mirono gimnazija
Pietūs
6- 10 m. amžiaus grupė

15
Trečia savaitė
Penktadienis

Nemokamas mokinių maitinimas

MB " Ginarita"

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	Sr-4	150	2,20	2,25	15,96	84,78
Viso grūdo ruginė duona	De-4	20	1,40	0,30	10,40	51,30
Keptas su garais riebios žuvies (skumbrės filė) maltinis (tausojantis)	PAT-21	70	12,15	10,10	4,50	158,50
Virtos varškės, 9% bandelės (tausojantis)	PP-10	140	18,20	9,60	35,20	298,00
Virtos pieniškos vištienos dešrelės (tausojantis)	PAT-09	3x55	19,80	24,90	6,00	327,00
Miežinių kruopų troškinys su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-05	140	4,34	4,48	32,33	137,76

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
GARNYRAS						
Virti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	GAR-03	80	4,50	0,82	28,90	94,58
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	GAR-05	80	1,89	0,82	21,09	89,99
SALOTOS						
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi (augalinis, tausojantis)	SLT- 10	60	1,43	1,28	12,25	138,52
Marinuotų burokėlių salotos su aliejumi(augalinis, tausojantis	SLT- 03	60	1,64	1,03	18,92	140,13
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/ DARŽOVĖS						
Vaisius (sezoninis)	V-1	60	0,40	0,00	12,00	53,00

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
vykdanti direktoriaus pareigas
Raimonda Šilalė

Dietistė
Simona Šliužaitė

Alytaus r. Daugų Vlado Mirono gimnazija

Pietūs

6-10 m. amžiaus grupė

1

Pirma savaitė

Pirmadienis

Nemokamas mokinių maitinimas

MB " Ginarita"

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (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
Garintas kiaulienos-ryžių kukulis (tausojantis)	PAT-05	70	10,90	5,05	8,05	121,50
Ryžių kruopų plovas su kiauliena (tausojantis)	PAT-04	140	11,83	10,15	18,41	212,10
Makaronai su fermentiniu sūriu, 45% (tausojantis)	PAT-06	120	9,51	6,34	37,46	245,14
Daržovių troškinys (augalinis) (tausojantis)	AUG-01	140	2,94	4,06	35,56	128,24
Patiekalo pavadinimas	**Rp. Nr.**	**Išeiga g**	**Patiekalo maistinė vertė, g**			**Energinė vertė, kcal**
			baltymai, g	**riebalai, g**	**angliavandeniai, g**	
GARNYRAS						
Virti avižiniai dribsniai (augalinis) (tausojantis)	GAR-07	80	2,92	0,82	22,76	94,77
Virti grikiai (augalinis) (tausojantis)	V-17	80	1,80	0,90	16,00	101,00
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
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/ DARŽOVĖS						
Vaisius (sezoninis)	V-1	60	0,40	0,00	12,00	53,00

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
vykdanti direktoriaus pareigas
Raimonda Šilalė

Dietistė
Simona Šliužaitė

Alytaus r. Daugų Vlado Mirono gimnazija

Pietūs

6-10 m. amžiaus grupė

2

Pirma savaitė

Antradienis

Nemokamas mokinių maitinimas

MB " Ginarita"

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių sriuba su pomidorų tyre (tausojantis) (augalinis)	S-2	150	1,10	3,10	13,50	87,00
Viso grūdo ruginė duona	De-4	20	1,40	0,30	10,40	51,30
Apkeptas su garais vištienos kukulis (tausojantis)	PAT-07	70	12,10	3,25	4,50	96,00
Skryliai (tausojantis)	PAT-33	140	8,40	1,76	50,48	253,60
Balandėliai su kiauliena (tausojantis)	PAT-29	80	6,72	4,88	7,12	98,00
Pupelių troškinys su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-02	140	3,36	4,34	32,61	138,46

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
GARNYRAS						
Virtų bulvių tyrė (augalinis) (tausojantis)	GAR-01	80	1,76	0,80	14,40	71,20
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	GAR-05	80	1,89	0,82	21,09	89,99
SALOTOS						
Šviežių kopūstų salotos su morkomis (augalinis)	SLT-19	70	0,85	5,11	5,62	55,13
Sezoninių daržovių rinkinukas 3-jų rūšių (augalinis)	SLT-15	10/10/10	0,6	0,1	3	15
Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	SL-2	70	1,30	4,00	6,50	69,90
GĖRIMAS						
Stalo vanduo	G-6	150	0,00	0,00	0,00	0,00
VAISIAI/ DARŽOVĖS						
Vaisius (sezoninis)	V-1	60	0,40	0,00	12,00	53,00

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
vykdanti direktoriaus pareigas
Raimonda Šilalė

Dietistė
Simona Šliužaitė

Alytaus r. Daugų Vlado Mirono gimnazija

Pietūs

6-10 m. amžiaus grupė

3

Pirma savaitė

Trečiadienis

Nemokamas mokinių maitinimas

MB " Ginarita"

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	SR-1	150	1,18	1,89	9,16	52,98
Viso grūdo ruginė duona	De-4	20	1,40	0,30	10,40	51,30
Keptas maltos kiaulienos šnicelis (tausojantis)	PAT-08	70	13,75	6,35	4,65	130,50
Virtų bulvių paplotėliai „Švilpikai" (tausojantis)	PAT-30	100	3,75	2,25	25,40	136,50
Kiaulienos troškinys su daržovėmis (tausojantis)	PAT-26	140	11,62	11,76	6,58	175,70
Žirnių troškinys su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-03	140	5,88	4,90	33,03	150,78

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
GARNYRAS						
Virtos miežinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	GAR-04	80	1,76	0,24	12,80	61,60
Virti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	GAR-03	80	4,50	0,82	28,90	94,58
SALOTOS						
Sezoninių daržovių rinkinukas 3-jų rūšių (augalinis)	SLT-15	10/10/10	0,6	0,1	3	15
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
GĖRIMAS						
Stalo vanduo	G-6	150	0,00	0,00	0,00	0,00
VAISIAI/ DARŽOVĖS						
Vaisius (sezoninis)	V-1	60	0,40	0,00	12,00	53,00

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
vykdanti direktoriaus pareigas
Raimonda Šilalė

Dietistė
Simona Šliužaitė

Alytaus r. Daugų Vlado Mirono gimnazija

Pietūs

6-10 m. amžiaus grupė

4

Pirma savaitė

Ketvirtadienis

Nemokamas mokinių maitinimas

MB " Ginarita"

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	S-3	150	5,20	2,20	17,10	105,80
Viso grūdo ruginė duona	De-4	20	1,40	0,30	10,40	51,30
Keptas su garais vištienos maltinis (tausojantis)	PAT-15	70	12,10	4,75	4,50	109,50
Virti makaronai su daržovėmis (tausojantis)	PAT-10	140	5,11	2,73	30,59	166,60
Lietiniai blynai su varškės, 9% ir obuolių įdaru	PAT-27	120	10,44	7,35	27,00	213,00
Perlinių kruopų troškinys su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-04	140	4,34	4,34	33,31	132,86

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
GARNYRAS						
Virtų bulvių tyrė (augalinis) (tausojantis)	GAR-01	80	1,76	0,80	14,40	71,20
Virti avižiniai dribsniai (augalinis) (tausojantis)	GAR-07	80	2,92	0,82	22,76	94,77
SALOTOS						
Sezoninių daržovių rinkinukas 3-jų rūšių (augalinis)	SLT-15	10/10/10	0,6	0,1	3	15
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
GĖRIMAS						
Stalo vanduo	G-6	150	0,00	0,00	0,00	0,00
VAISIAI/ DARŽOVĖS						
Vaisius (sezoninis)	V-1	60	0,40	0,00	12,00	53,00

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
vykdanti direktoriaus pareigas
Raimonda Šilalė

Dietistė
Simona Šliužaitė

Alytaus r. Daugų Vlado Mirono gimnazija
Pietūs
6-10 m. amžiaus grupė

5
Pirma savaitė
Penktadienis

Nemokamas mokinių maitinimas

MB " Ginarita"

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	Sr-4	150	2,20	2,25	15,96	84,78
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-20	70	11,25	3,35	4,50	94,50
Kepti su garais varškėčiai (tausojantis)	PAT-32	2x70	16,66	10,01	33,18	292,60
Virtos pieniškos vištienos dešrelės (tausojantis)	PAT-09	3x55	19,80	24,90	6,00	327,00
Miežinių kruopų troškinys su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-05	140	4,34	4,48	32,33	137,76

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
GARNYRAS						
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	GAR-05	80	1,89	0,82	21,09	89,99
Virti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	GAR-03	80	4,50	0,82	28,90	94,58
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
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/ DARŽOVĖS						
Vaisius (sezoninis)	V-1	60	0,40	0,00	12,00	53,00

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
vykdanti direktoriaus pareigas
Raimonda Šilalė

Dietistė
Simona Šliužaitė

Alytaus r. Daugų Vlado Mirono gimnazija
Pietūs
6-10 m. amžiaus grupė

6
Antra savaitė
Pirmadienis

Nemokamas mokinių maitinimas

MB " Ginarita"

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (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 (tausojantis)	PAT-07	70	12,10	3,25	4,50	95,00
Ryžių kruopų plovas su vištiena (tausojantis)	PAT-17	120	9,48	5,23	15,18	146,40
Makaronai su fermentiniu sūriu, 45% (tausojantis)	PAT-06	140	11,10	7,40	43,70	286,00
Daržovių troškinys (augalinis) (tausojantis)	AUG-01	140	2,94	4,06	35,56	128,24

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
GARNYRAS						
Virti grikiai (augalinis) (tausojantis)	V-17	80	1,80	0,90	16,00	101,00
Virti avižiniai dribsniai (augalinis) (tausojantis)	GAR-07	80	2,92	0,82	22,76	94,77
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
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/ DARŽOVĖS						
Vaisius (sezoninis)	V-1	60	0,40	0,00	12,00	53,00

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
vykdanti direktoriaus pareigas
Raimonda Šilalė

Dietistė
Simona Šliužaitė

Alytaus r. Daugų Vlado Mirono gimnazija

Pietūs

6-10 m. amžiaus grupė

7

Antra savaitė

Antradienis

Nemokamas mokinių maitinimas

MB " Ginarita"

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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 grūdo ruginė duona	De-4	20	1,40	0,30	10,40	51,30
Keptas maltos kiaulienos šnicelis (tausojantis)	PAT-08	70	13,75	6,35	4,65	130,50
Kiaulienos troškinys su daržovėmis (tausojantis)	PAT-26	140	11,62	11,76	6,58	175,70
Virti varškėčiai (tausojantis)	PAT-31	140	15,47	7,35	28,56	244,30
Grikių kruopų troškinys su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-06	140	4,76	4,48	33,87	146,72

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
GARNYRAS						
Virtų bulvių tyrė (augalinis) (tausojantis)	GAR-01	80	1,76	0,80	14,40	71,20
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	GAR-05	80	1,89	0,82	21,09	89,99
SALOTOS						
Sezoninių daržovių rinkinukas 3-jų rūšių (augalinis)	SLT-15	10/10/10	0,6	0,1	3	15
Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	SL-2	70	1,30	4,00	6,50	69,90
Šviežių kopūstų salotos (augalinis)	SLT-14	70	0,85	5,11	5,02	53,63
GĖRIMAS						
Stalo vanduo	G-6	150	0,00	0,00	0,00	0,00
VAISIAI/ DARŽOVĖS						
Vaisius (sezoninis)	V-1	60	0,40	0,00	12,00	53,00

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
vykdanti direktoriaus pareigas
Raimonda Šilalė

Dietistė
Simona Šliužaitė

Alytaus r. Daugų Vlado Mirono gimnazija
Pietūs
6-10 m. amžiaus grupė

8
Antra savaitė
Trečiadienis

Nemokamas mokinių maitinimas

MB " Ginarita"

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			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
Skryliai (tausojantis)	PAT-33	140	7,35	1,54	44,17	221,90
Keptas su garais vištienos maltinis (tausojantis)	PAT-15	70	12,1	4,75	4,5	109,5
Virtų bulvių paplotėliai „Švilpikai" (tausojantis)	PAT-30	100	3,75	2,25	25,4	136,5
Žirnių troškinys su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-03	140	5,88	4,90	33,03	150,78

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
GARNYRAS						
Virtos miežinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	GAR-04	80	1,76	0,24	12,80	61,60
Virti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	GAR-03	80	4,50	0,82	28,90	94,58
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
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/ DARŽOVĖS						
Vaisius (sezoninis)	V-1	60	0,40	0,00	12,00	53,00

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
vykdanti direktoriaus pareigas
Raimonda Šilalė

Dietistė
Simona Šliužaitė

Alytaus r. Daugų Vlado Mirono gimnazija

Pietūs

6-10 m. amžiaus grupė

9

Antra savaitė

Ketvirtadienis

Nemokamas mokinių maitinimas

MB " Ginarita"

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raudonųjų lęšių 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	70	11,95	7,4	4,5	132,5
Kepti su garais varškėčiai (tausojantis)	PAT-32	2x70	16,66	10,01	33,18	292,60
Virti makaronai su daržovėmis (tausojantis)	PAT-10	140	5,11	2,73	30,59	166,60
Ryžių kruopų troškinys su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-07	140	4,20	4,06	33,59	141,54

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
GARNYRAS						
Virtų bulvių tyrė (augalinis) (tausojantis)	GAR-01	80	1,76	0,80	14,40	71,20
Virti avižiniai dribsniai (augalinis) (tausojantis)	GAR-07	80	2,92	0,82	22,76	94,77
SALOTOS						
Šviežių kopūstų salotos su morkomis (augalinis)	SLT-19	70	0,85	5,11	5,62	55,13
Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	SL-2	70	1,30	4,00	6,50	69,90
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/ DARŽOVĖS						
Vaisius (sezoninis)	V-1	60	0,40	0,00	12,00	53,00

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
vykdanti direktoriaus pareigas
Raimonda Šilalė

Dietistė
Simona Šliužaitė

Alytaus r. Daugų Vlado Mirono gimnazija

Pietūs

6-10 m. amžiaus grupė

10

Antra savaitė

Penktadienis

Nemokamas mokinių maitinimas

MB " Ginarita"

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, 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-20	70	11,25	3,35	4,50	94,50
Virtos pieniškos vištienos dešrelės (tausojantis)	PAT-09	3x55	19,80	24,90	6,00	327,00
Varškės, 9% - manų kruopų apkepas (tausojantis)	PAT-24	120	12,47	9,33	21,60	220,67
Miežinių kruopų troškinys su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-05	140	4,34	4,48	32,33	137,76

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
GARNYRAS						
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	GAR-05	80	1,89	0,82	21,09	89,99
Virti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	GAR-03	80	4,50	0,82	28,90	94,58
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
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/ DARŽOVĖS						
Vaisius (sezoninis)	V-1	60	0,40	0,00	12,00	53,00

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,
vykdanti direktoriaus pareigas
Raimonda Šilalė

Dietistė
Simona Šliužaitė