



TVIRTINU
Gimnazijos direktorė

Katažina Macuk

2022-08-29

I savaitė
Pirmadienis

Pietūs
11 m. bei vyresnio amžiaus mokiniams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis	7Sr	200	2,38	5,31	14,43	107,13
Rūginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Maltas kiaulienos kepsnys su įdaru (fermentinis sūris, virti kiaušiniai) (tausojantis)	20A	120	27,93	22,00	7,85	339,67
Biri grikių kruopų košė (tausojanti, augalinis)	7Gar	100	6,05	5,48	33,27	202,88
Kopūstų, porų, morkų, obuolių salotos (augalinis)	6S	100	1,32	5,09	7,71	76,00
Sezoninės daržovės (raug./šv. agurkai, pomidorai, paprika)		80	0,32	0,32	10,40	45,76
Vanduo su citrina		195/7	0,05	0,03	0,06	2,17
Vaisiai		200	3,04	1,20	55,76	224,00
Iš viso:			44,05	40,07	146,54	1083,69

Vyr. virėja
Valentina Mikulevič



TVIRTINU
Gimnazijos direktorė

Katažina Macuk

2022-08-29

1 savaitė
Antradienis

Pietūs

11 m. bei vyresnio amžiaus mokiniams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių - perlinių kruopų sriuba	16Sr	200	6,21	5,61	24,23	159,32
Rūginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Jautienos/kiaulienos maltinis (tausojantis)	16A	100	20,31	13,43	11,75	225,73
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	1Gar	100	2,06	0,10	18,85	83,43
Agurkai	43S	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Pomidorai	44S	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Raugintų kopūstų salotos su svogūnais (augalinis)	10S	50	0,39	4,56	2,17	50,60
Arbata su citrina be cukraus	2a Ger	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Vaisiai		200	3,04	1,20	55,76	224,00
Iš viso:			35,92	25,77	133,66	845,33

Vyr. virėja
Valentina Mikulevič



TVIRTINU
Gimnazijos direktorė
Katažina Macuk
2022-08-29

1 savaitė
Trečiadienis

Pietūs
11 m. bei vyresnio amžiaus mokiniams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis	1Sr	200	2,36	5,24	17,79	120,82
Rūginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Kepta paukštienos filė (tausojantis)	30A	100	24,50	7,04	8,82	197,05
Perlinių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	6Gar	100	3,24	4,59	24,82	145,91
Kopūstų salotos su agurkais, pomidorais ir porais (augalinis)	2S	100	1,11	9,17	4,61	98,66
Pienas 2,5 %		150	5,10	3,75	7,35	84,00
Vaisiai		200	3,04	1,20	55,76	224,00
Iš viso:			42,31	31,63	136,21	956,52

Vyr. virėja
Valentina Mikulevič 



TVIRTINU
Gimnazijos direktorė

Katažina Macuk

2022-08-29

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs

11 m. bei vyresnio amžiaus mokiniams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių sriuba su pomidorais	23Sr	200	1,77	5,45	15,55	111,40
Rūginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Kepti varškėčiai (9%) (tausojantis)	83A	200	34,22	28,10	39,24	544,55
Saldus grietinės (30%) padažas	5P	30	0,41	4,59	11,92	88,66
Pupelių-porų-obuolių salotos	26S	50	2,95	3,24	8,71	68,68
Kmynų arbata be cukraus	3G	200	0,59	0,44	1,50	9,99
Vaisiai		200	3,04	1,20	55,76	224,00
Iš viso:			45,94	43,66	149,74	1133,36

Vyr. virėja
Valentina Mikulevič 



TVIRTINU
Gimnazijos direktorė

Katažina Macuk
2022-08-29

1 savaitė
Penktadienis

Pietūs
11 m. bei vyresnio amžiaus mokiniams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba	27Sr	200	7,29	7,90	17,77	175,20
Žuvies šnicelis (jūros lydeka) (tausojantis)	43A	100	19,62	16,60	8,47	259,21
Grietinės padažas	1P	30	0,53	5,76	1,59	60,29
Biri grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	7 Gar	100	6,05	5,48	33,27	202,88
Burokėlių salotos su marinuotais agurkais, žaliais žirneliais, svogūnais	20S	100	2,52	4,59	7,42	74,20
Vaisiai		200	3,04	1,20	55,76	224,00
Obuolių kompotas	9G	200	0,23	0,20	11,11	44,05
Iš viso:			39,28	41,73	135,39	1039,83

Vyr. virėja
Valentina Mikulevič



TVIRTINU
Gimnazijos direktorė
Katažina Macuk
2022-08-29

2 savaitė
Pirmadienis

Pietūs
11 m. bei vyresnio amžiaus mokiniams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su bulvėmis	17Sr	200	5,99	5,44	23,98	157,95
Rūginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Maltas kiaulienos kepsnys su kmynais (tausojantis)	17A	100	21,53	19,43	7,67	288,64
Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)	1Gar	100	2,06	0,10	18,84	83,44
Ridikų salotos su obuoliais, pekino kopūstais, paprika (augalinis)	51S	100	0,86	9,61	8,26	115,65
Kakava su pienu	4G	200	4,24	3,35	6,70	68,60
Vaisiai		200	3,04	1,20	55,76	224,00
Iš viso:			40,68	39,77	138,27	1024,36

Vyr. virėja
Valentina Mikulevič 



TVIRTINU
Gimnazijos direktorė
Katažina Macuk
2022-08-29

2 savaitė
Antradienis

Pietūs
11 m. bei vyresnio amžiaus mokiniams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėja	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba	13Sr	200	2,88	5,32	16,43	121,65
Rūginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Paukštiesenos guliašas (tausojantis)	1A	100/60	34,00	14,37	7,09	290,21
Biri perlinių kruopų košė (tausojantis)	6Gar	100	3,24	4,59	24,82	145,91
Daržovių salotos (kopūstai, morkos, agurkai, pomidorai, paprika, porai) (augalinis)	7S	100	1,25	13,69	5,96	143,44
Arbata	1G	200	-	-	9,98	39,50
Vaisiai		200	3,04	1,20	55,76	224,00
Iš viso:			47,37	39,81	137,10	1050,79

Vyr. virėja
Valentina Mikulevič 



TVIRTINU
Gimnazijos direktorė

Katažina Macuk

2022-08-29

2 savaitė
Trečiadienis

Pietūs
11 m. bei vyresnio amžiaus mokiniams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba su bulvėmis	10Sr	200	3,66	9,61	17,02	162,77
Rūginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Kiaulienos kepinukai (tausojantis)	9A	100	15,82	37,65	11,18	444,10
Biri grikių kruopų košė (augalinis)	7Gar	75	4,55	4,05	24,95	152,16
Salierų salotos su agurkais ir morkomis (nesaldintu jogurto padažu)	61S	100	2,18	0,73	5,84	30,34
Sezoninės daržovės (raug./šv. agurkai, pomidorai, paprika)		80	0,32	0,32	10,40	45,76
Vanduo su citrina		195/7	0,05	0,03	0,06	2,17
Vaisiai		150	2,28	0,90	41,82	168,00
		Iš viso:	31,82	53,93	128,33	1091,38

Vyr. virėja
Valentina Mikulevič 



TVIRTINU
Gimnazijos direktorė

Katažina Macuk

2022-08-29

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs
11 m. bei vyresnio amžiaus mokiniams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba	14Sr	200	3,73	9,60	19,31	173,71
Rūginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Varškės - ryžių apkepas (tausojantis)	87A	150/50	28,97	22,23	25,62	419,18
Saldus grietinės padažas	5P	40	0,55	6,12	15,90	118,22
Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	27S	100	1,08	9,70	10,05	127,27
Kmylių arbata	3G	200	0,59	0,44	11,48	49,49
Vaisiai		200	3,04	1,20	55,76	224,00
Iš viso:			40,92	49,93	155,18	1197,95

Vyr. virėja
Valentina Mikulevičienė



TVIRTINU
Gimnazijos direktorė

Katažina Macuk

2022-08-29

2 savaitė
Penktadienis

Pietūs
11 m. bei vyresnio amžiaus mokiniams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su bulvėmis	1Sr	200	2,36	5,24	17,79	120,82
Rūginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Žuvies kepsnys (jūros lydekos) (tausojantis)	39A	100	22,48	25,18	4,50	332,64
Biri sorų kruopų košė (augalinis)	4Gar	100	4,33	5,19	28,09	177,93
Morkų salotos su žaliais žirneliais (augalinis)	13S	100	3,06	8,47	12,68	123,14
Sezoninės daržovės (raug./šv. agurkai, pomidorai, paprika)		80	0,32	0,32	10,40	45,76
Obuolių kompotas	9G	200	0,23	0,20	11,11	44,05
Vaisiai		200	3,04	1,20	55,76	224,00
Iš viso:			38,78	46,44	157,39	1154,42

Vyr. virėja
Valentina Mikulevič 



TVIRTINU
Gimnazijos direktorė

Katažina Macuk

2022-08-29

3 savaitė
Pirmadienis

Pietūs
11 m. bei vyresnio amžiaus mokiniams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba	12Sr	200	2,81	5,34	19,21	130,75
Rūginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Maltas kiaulienos šnicelis (tausojantis)	15A	100	21,16	19,51	8,47	305,79
Biri ryžių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	5Gar	75	2,04	3,53	21,71	122,82
Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais, švž. kopūstais, porais (augalinis)	51S	100	2,67	6,67	5,54	83,05
Žalioji arbata	1G	200	-	-	12,51	49,51
Vaisiai		200	3,04	1,20	55,76	224,00
Iš viso:			34,68	36,89	140,26	1002,00

Vyr. virėja
Valentina Mikulevičiūtė



TVIRTINU
Gimnazijos direktorė

Katažina Macuk

2022-08-29

3 savaitė
Antradienis

Pietūs
11 m. bei vyresnio amžiaus mokiniams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis	9Sr	200	1,88	5,19	12,09	98,93
Rūginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Lietiniai blynai su varške (tausojantis)	74A	200/100	36,30	24,27	73,44	652,76
Saldus grietinės padažas	8P	30	0,41	4,59	11,32	86,29
pomidorais, porais (augalinis)	24S	75	0,85	4,09	2,75	72,35
Vanduo su citrina		195/7	0,05	0,03	0,06	2,17
Vaisiai		150	2,28	0,90	41,82	168,00
		Iš viso:	44,73	39,71	158,54	1166,58

Vyr. virėja
Valentina Mikulevič *Valentina Mikulevič*



TVIRTINU
Gimnazijos direktorė

Katažina Macuk

2022-08-29

3 savaitė
Trečiadienis

Pietūs
11 m. bei vyresnio amžiaus mokiniams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba	17Sr	200	6,07	5,50	24,36	155,97
Rūginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Troškinta kalakutiena (tausojantis)	29A	100/40	28,16	12,77	6,89	249,97
Biri grikių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	7Gar	100	6,05	1,49	33,26	167,52
Morkų salotos su obuoliais (augalinis)	12S	100	0,80	6,74	10,38	100,40
Sezoninės daržovės (raug./šv. agurkai, pomidorai, paprika)		80	0,32	0,32	10,40	45,76
Šaldytų uogų kompotas	11G	200	0,42	0,24	9,51	36,85
Vaisiai		200	3,04	1,20	55,76	224,00
Iš viso:			47,82	28,9	167,62	1066,55

Vyr. virėja
Valentina Mikule 



TVIRTINU
Gimnazijos direktorė

Katažina Macuk

2022-08-29

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs
11 m. bei vyresnio amžiaus mokiniams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba	14Sr	200	3,73	9,60	19,31	173,71
Rūginė duona	1Š	40	2,96	0,64	17,06	86,08
Bulvių plokštainis su paukštienos filė (tausojantis)	46A	145/55	21,99	21,51	36,56	424,17
Grietinė	14P	40	0,96	12,00	1,24	117,20
Kopūstų salotos su konservuotais kukurūzais, agurkais, porais ir aliejaus padažu (augalinis)	3S	75	1,26	3,93	5,07	55,37
Ekologiškas jogurtas		125	4,50	4,00	15,37	116,25
Vanduo su citrina		195/7	0,05	0,03	0,06	2,17
Vaisiai		200	3,04	1,20	55,76	224,00
Iš viso:			38,49	52,91	150,43	1198,95

Vyr. virėja
Valentina Mikulė 



TVIRTINU
Gimnazijos direktorė

Katažina Macuk
2022-08-29

3 savaitė
Penktadienis

Pietūs
11 m. bei vyresnio amžiaus mokiniams

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška ryžių kruopų sriuba	26Sr	200	5,46	7,57	18,56	160,85
Žuvies kepinukai (jūros lydeka) (tausojantis)	42A	100	17,45	18,12	11,18	275,64
Penkių grūdų dribsnių košė	109A	100	7,59	6,66	21,29	177,48
Burokėlių salotos su žaliais žirneliais, svogūnais (augalinis)	18S	100	2,72	5,17	13,13	96,16
Sezoninės daržovės (raug./šv. agurkai, pomidorai, paprika)		80	0,32	0,32	10,40	45,76
Nesaldinta vaisinė arbata su citrina	1G	200	0,05	0,03	0,64	2,17
Vaisiai		200	3,04	1,20	55,76	224,00
Iš viso:			36,63	39,07	130,96	982,06

Vyr. virėja
Valentina Mikulevič