VILKAVIŠKIO RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO DIREKTORIUS

Į S A K Y M A S

DĖL VALGIARAŠČIO PAKEITIMO

2023 m. gruodžio 19 d. Nr. V – 50

Vilkaviškis

Vadovaudamasi, Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2011 m. lapkričio 11 d. įsakymo Nr. V-946 „Dėl vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo patvirtinimo“ 47 ir 50 punktu, Vilkaviškio rajono savivaldybės tarybos 2019 m. rugpjūčio 23 d. sprendimo B-TS-135 „Dėl maitinimo organizavimo Vilkaviškio rajono savivaldybės ugdymo įstaigose tvarkos aprašo patvirtinimo“ 14 punktu bei Vilkaviškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro nuostatų, patvirtintų Vilkaviškio rajono savivaldybės tarybos 2022 m. gegužės 27 d. sprendimu B-TS-1100, 23.6 punktu:

P a k e i č i u Vilkaviškio r. Kazimiero Baršausko mokyklos – daugiafunkcio centro Alvito skyriaus 1-3 metų, 4-7 metų vaikų amžiaus grupių 15 dienų valgiaraščių, patvirtintų Vilkaviškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro direktoriaus 2023 m. rugpjūčio 31 d. įsakymu Nr. V-25 punktus, pateiktus 1 priede ir 2 priede nuo 2023 m. gruodžio 20 d.

PRIDEDAMA. 1. 1 priedas, 6 lapai.
2. 2 priedas, 6 lapai .

Direktorė Laura Sadauskienė

1 PRIEDAS

Pakeičiu 1-3 metų vaikų amžiaus grupės 15 dienų valgiaraščio 2, 7, 12 dienas.

1 savaitė Antradienis

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų dribsniai su pienu	570	152 (38/114)	7,29	3,09	35,97	200,82
Batonas su sviestu (82%)	31/32	20 (15/5)	1,24	4,58	7,09	74,52
Nesaldinta arbata (juodoji, ramunėlių, čiobrelių, juodųjų serbentų, mėtų, melisos, vaisinė)	576	150	0,00	0,00	0,00	0,00
		Iš viso:	8,53	7,67	43,06	275,34

Priešpiečiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bandelė su cinamonu	772	30	2,76	3,90	18,39	119,70
		Iš viso:	2,76	3,90	18,39	119,70

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	501	150	4,20	3,28	15,97	110,19
Ruginė duona (pilno grūdo)	71/72	20	1,50	0,30	8,56	42,94
Karališki balandėliai (kiauliena) (tausojantis)	98/99	70	13,27	10,72	5,63	172,08
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	87/88	70	1,44	0,07	13,19	59,19
Virtų burokėlių salotos su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	91/92	40 (33,88/ 6,12)	0,60	2,61	3,70	40,73
Pomidorai skiltelėmis	77/78	30	0,30	0,06	1,23	6,66
Vanduo su apelsinu	123/ 124	150	0,06	0,00	0,72	3,12
		Iš viso:	21,37	17,04	49,00	434,91

Vakarienė val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (varškė 9%) su natūraliu jogurtu (2,5 %) (tausojantis)	574	100 (92,92/ 7,08)	14,51	6,63	22,89	209,28
Ryžių trapučiai	573	10	0,70	0,30	8,00	37,50
Nesaldinta arbata (kmynų, pankolių)	575	150	0,30	0,23	0,75	6,23
Vaisiai (obuoliai)	667	120	0,48	0,49	13,20	59,15
		Iš viso:	15,99	7,65	44,84	312,16
		Iš viso (dienos davinio):	48,65	36,26	155,29	1142,11

2 savaitė Antradienis

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė su sviestu (82%) ir uogų užpilu (tausojantis)	13/14	150 (142,5/5/ 22,5)	6,59	6,00	35,90	223,97
Ruginė duona (pilno grūdo) su sviestu (82%)	50	30 (25/5)	1,91	4,53	10,74	91,37
Nesaldinta arbata (juodoji, ramunėlių, čiobrelių, juodųjų serbentų, mėtų, melisos, vaisinė)	576	150	0,00	0,00	0,00	0,00
		Iš viso:	8,50	10,53	46,64	315,34

Priešpiečiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bandelė su cinamonu	772	30	2,76	3,90	18,39	119,70
		Iš viso:	2,76	3,90	18,39	119,70

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	560	150	1,22	3,18	8,03	65,68
Ruginė duona (pilno grūdo)	644	15	1,13	0,23	6,42	32,21
Maltas vištienos šnicelis (tausojantis))	620	63	17,58	9,96	1,47	165,86
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	87/88	70	1,44	0,07	13,19	59,19
Virtų burokėlių salotos su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	91/92	40 (33,88/ 6,12)	0,60	2,61	3,70	40,73
Morkų ir obuolių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	328/ 329	30 (28,5/1,5)	0,33	1,58	2,97	27,42
Vanduo su apelsinu	123/ 124	150	0,06	0,00	0,72	3,12
Vaisiai (obuoliai)	773	89	0,36	0,36	9,79	43,87
		Iš viso:	22,72	17,99	46,29	438,08

Vakarienė val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės blynai su uogų užpilu (varškė 9%)	622	140 (117,5/ 22,5)	14,24	11,54	38,60	315,19
Nesaldinta arbata (juodoji, ramunėlių, čiobrelių, juodųjų serbentų, mėtų, melisos, vaisinė)	576	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			14,24	11,54	38,60	315,19
Iš viso (dienos davinio):			48,22	43,96	149,92	1188,31

3 savaitė Antradienis

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų dribsniai su pienu	570	152 (38/114)	7,29	3,09	35,97	200,82
Pilno grūdo batonas su sviestu (82%)	58/59	23 (17/6)	1,40	5,13	7,36	81,17
Nesaldinta arbata (kmynų, pankolių)	575	150	0,30	0,23	0,75	6,23
		Iš viso:	8,99	8,45	44,08	288,22

Priešpiečiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bandelė su cinamonu	772	30	2,76	3,90	18,39	119,70
		Iš viso:	2,76	3,90	18,39	119,70

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	646	130	3,64	3,27	13,84	99,35
Virtas vištienos kukulis (tausojantis)	179/ 180	70	14,40	3,90	5,56	114,90
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	181/ 182	60	3,30	2,46	18,43	109,05
Morkų ir obuolių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	328/ 329	30 (28,5/1,5)	0,33	1,58	2,97	27,42
Kopūstų salotos su agurkais, porais ir aliejaus padažu (augalinis)	621	40	0,52	1,95	1,72	26,45
Vaisių sultys	374	150	0,00	0,00	15,00	60,00
		Iš viso:	22,19	13,16	57,52	437,17

Vakarienė val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (varškė 9%) su natūraliu jogurtu (2,5 %) (tausojantis)	574	100 (92,92/ 7,08)	14,51	6,63	22,89	209,28
Ryžių trapučiai	573	10	0,70	0,30	8,00	37,50
Nesaldinta arbata (kmynų, pankolių)	575	150	0,30	0,23	0,75	6,23
Vaisiai (obuoliai)	667	120	0,48	0,49	13,20	59,15
Iš viso:			15,99	7,65	44,84	312,16
Iš viso (dienos davinio):			49,93	33,16	164,83	1157,25

2 PRIEDAS

Pakeičiu 4-7 metų vaikų amžiaus grupės 15 dienų valgiaraščio 2, 7, 12 dienas.

1 savaitė Antradienis

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų dribsniai su pienu	570	239 (59/180)	11,77	5,16	47,92	285,18
Batonas su sviestu (82%)	31/32	20 (15/5)	1,24	4,58	7,09	74,52
Nesaldinta arbata (juodoji, ramunėlių, čiobrelių, juodųjų serbentų, mėtų, melisos, vaisinė)	576	150	0,00	0,00	0,00	0,00
		Iš viso:	13,01	9,74	55,01	359,70

Priešpiečiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bandelė su cinamonu	772	40	3,68	5,20	24,52	159,60
		Iš viso:	3,68	5,20	24,52	159,60

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	501	150	4,20	3,28	15,97	110,19
Ruginė duona (pilno grūdo)	515	30	2,25	0,45	12,84	64,41
Karališki balandėliai (kiauliena) (tausojantis)	98/99	80	15,61	14,00	7,80	219,60
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	87/88	90	1,85	0,09	16,96	76,11
Virtų burokėlių salotos su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	91/92	40 (33,88/ 6,12)	0,60	2,61	3,70	40,73
Pomidorai skiltelėmis	539	50	0,50	0,00	3,00	14,00
Vanduo su apelsinu	123/ 124	200	0,08	0,00	0,96	4,16
		Iš viso:	25,09	20,43	61,23	529,20

Vakarienė val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (varškė 9%) su natūraliu jogurtu (2,5%) (tausojantis)	574	130 (120/10)	18,75	8,57	30,02	272,19
Ryžių trapučiai	573	10	0,70	0,30	8,00	37,50
Nesaldinta arbata (kmynų, pankolių)	575	150	0,30	0,23	0,75	6,23
Vaisiai (obuoliai)	572	140	0,56	0,57	15,40	69,01
Iš viso:			20,31	9,67	54,17	384,93
Iš viso (dienos davinio):			62,09	45,04	194,93	1433,43

2 savaitė Antradienis

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kvietinių kruopų košė su sviestu (82%) ir uogų užpilu (tausojantis)	13/14	230 (193,33/ 6,67/30)	8,79	8,00	47,86	298,63
Ruginė duona (pilno grūdo) su sviestu (82%)	50	30 (25/5)	1,91	4,53	10,74	91,37
Nesaldinta arbata (juodoji, ramunėlių, čiobrelių, juodųjų serbentų, mėtų, melisos, vaisinė)	576	200	0,00	0,00	0,00	0,00
		Iš viso:	10,70	12,53	58,60	390,00

Priešpiečiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bandelė su cinamonu	772	40	3,68	5,20	24,52	159,60
		Iš viso:	3,68	5,20	24,52	159,60

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	560	150	1,22	3,18	8,03	65,68
Ruginė duona (pilno grūdo)	71/72	20	1,50	0,30	8,56	42,94
Maltas vištienos šnicelis (tausojantis))	620	80	22,33	12,64	1,88	210,61
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	87/88	90	1,85	0,09	16,96	76,11
Virtų burokėlių salotos su svogūnais (augalinis) (tausojantis)	91/92	40 (33,88/ 6,12)	0,60	2,61	3,70	40,73
Morkų ir obuolių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	624	50 (47,5/2,5)	0,55	2,63	4,96	45,70
Vanduo su apelsinu	123/ 124	200	0,08	0,00	0,96	4,16

Vaisiai (obuoliai)	667	120	0,48	0,49	13,20	59,15
		Iš viso:	28,61	21,94	58,25	545,08

Vakarienė val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės blynai su uogų užpilu (varškė 9%)	622	180 (150/30)	17,81	14,40	48,49	394,80
Nesaldinta arbata (juodoji, ramunėlių, čiobrelių, juodųjų serbentų, mėtų, melisos, vaisinė)	576	200	0,00	0,00	0,00	0,00
		Iš viso:	17,81	14,40	48,49	394,80
		Iš viso (dienos davinio):	60,80	54,07	189,86	1489,48

3 savaitė Antradienis

Pusryčiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų dribsniai su pienu	570	239 (59/180)	11,77	5,16	47,92	285,18
Pilno grūdo batonas su sviestu (82%)	664	29,9 (23/6,9)	1,89	5,93	9,95	100,70
Nesaldinta arbata (kmynų, pankolių)	575	200	0,40	0,30	1,00	8,30
		Iš viso:	14,06	11,39	58,87	394,18

Priešpiečiai val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bandelė su cinamonu	772	40	3,68	5,20	24,52	159,60
		Iš viso:	3,68	5,20	24,52	159,60

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	646	150	4,20	3,78	15,97	114,66
Virtas vištienos kukulis (tausojantis)	179/ 180	80	16,43	4,44	6,24	130,64
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	181/ 182	70	3,85	2,87	21,50	127,24
Morkų ir obuolių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	328/ 329	40 (38/2)	0,44	2,10	3,97	36,56
Kopūstų salotos su agurkais, porais ir aliejaus padažu (augalinis)	621	40	0,52	1,95	1,72	26,45
Vaisių sultys	39/ 40	200	0,00	0,00	20,00	80,00
		Iš viso:	25,44	15,14	69,40	515,55

Vakarienė val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (varškė 9%) su natūraliu jogurtu (2,5%) (tausojantis)	574	130 (120/10)	18,75	8,57	30,02	272,19
Ryžių trapučiai	573	10	0,70	0,30	8,00	37,50
Nesaldinta arbata (kmynų, pankolių)	575	150	0,30	0,23	0,75	6,23
Vaisiai (obuoliai)	572	140	0,56	0,57	15,40	69,01
		Iš viso:	20,31	9,67	54,17	384,93
Iš viso (dienos davinio):			63,49	41,40	206,96	1454,26