



Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės
globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų
valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo
I priedas

UAB Maisto galerija
(valgiaraštį teikiančios derinti įmonės arba įstaigos pavadinimas)
304537851, Kalvarijų g.31A-2, Vilnius, +37068614055, uabmaistogalerija@gmail.com
(kodas, adresas, telefonas, el. paštas)

Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos
Vilniaus skyriui

PRAŠYMAS
DĖL VALGIARAŠČIO DERINIMO

2018-10-18
Vilnius

Prašome suderinti Vilniaus Licėjaus, esančio adresu Širvintų g.82, Vilniuje
(vaikų ugdymo įstaigos)

- 11- bei vyresnio amžiaus grupės (-ių) valgiaraštį (-čius).
Pageidaujame valgiaraščio vertinimo pažymą (-us) ir valgiaraštį (-čius) gauti (pažymėti):
- * – el. paštu (patvirtinant atsakingo ar jo įgalioto asmens elektroniniu parašu);
 - kitomis elektroninėmis priemonėmis per kontaktinį centrą;
 - paštu;
 - tiesiogiai Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos teritoriniame padalinyje.

11 metų bei vyresnio amžiaus vaikams
(valgiaraščio pavadinimas)

Direktorė Nijolė Kairytė
(pareigos) (parašas) (vardas ir pavardė)

1 Savaitė Pirmadienis

Pietūs 11:30 -15:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žalių žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr016	200	4,3	2,9	16,7	110,0
Viso grūdo duona		30	1,6	0,3	13	61
Orkaitėje keptas vištienos maltinukas (tausojantis)	P017	100	22,68	12,88	5,74	139,62
Pilno grūdo makaronai (tausojantis) (augalinis)	Gr010	100	7,4	1,5	40,3	204,2
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi	S009	50	1,1	2,6	7,6	51
Vaisiai		100	1,52	0,6	27,88	112
Stalo vanduo paskanintas citrusiniais vaisiais	G009	200	0,0	0,0	0,1	4,0
Iš viso:			38,6	20,8	111,3	681,8

1 Savaitė Antradienis

Pietūs 11:30 -15:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr002	200	1,86	3,06	14,66	93,33
Pilno grūdo duona		30	1,6	0,3	13	61
Kiaulienos plovos (tausojantis)	K001	100/100	29,7	16,1	29,93	383,49
Kopūstų salotos su saldžiomis paprikomis	S005	50	0,65	2,7	3,1	41
Vaisiai		100	1,52	0,6	27,88	112
Stalo vanduo paskanintas uogomis	G009	200	0,13	0	0	5,33
Iš viso:			35,46	22,76	88,57	696,15

1 Savaitė Trečiadienis

Pietūs 11:30 -15:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr010	200	2,26	6,13	11,06	72
Pilno grūdo duona		30	1,6	0,3	13	61
Kapotos vištienos kepsniukas	P019	100	20,8	16,88	4,9	343
Virtos perlinės kruopos (tausojantis)	Gr017	120	3,9	0,7	29,8	141
Salotų lapai apšlakstyti alyvuogių aliejumi šalto spaudimo	s014	30	0,71	0,39	8,49	27,6
Vaisiai		100	1,52	0,6	27,88	112
Vanduo su uogomis		200	0	0,06	0,04	3,52
Iš viso:			30,79	25,06	95,17	760,12

1 Savaitė Ketvirtadienis

Pietūs 11:30 -15:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta brokolių sriuba	Sr027	200	2,88	0,34	10,5	56,7
Pilno grūdo duona		30	1,6	0,3	13	61
Žuvies filė maltinukai su petražolėmis ir sviestu (tausojantis)	Ž005	100	14,88	10,46	2,06	201,96
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	120	2,72	3,51	20,02	122,51
Morkos su šalto spaudimo linų sėmenų aliejumi (augalinis)	S004	50	0,52	2,9	4,67	44
Vaisiai		100	1,52	0,6	27,88	112
Vanduo su citrina		145/7	0,04	0,02	0,48	4
Iš viso:			24,16	18,13	78,61	602,17

1 Savaitė Penktadienis

Pietūs 11:30 -15:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba su makaronais	Sr023	200	2,96	2,2	14,72	90
Pilno grūdo duona		30	1,6	0,3	13	61
Varškės ir ryžių apkepas	V012	100/80	19,66	14,99	23,71	308,35
Natūralus jogurtas		30	1,05	0,75	1,2	16,5
Vaisiai		100	1,52	0,6	27,88	112
Vanduo su citrina		195/5	0,05	0,03	0,61	3
Iš viso:			26,84	18,87	81,12	590,85

Vilniaus licejaus
direktorius
Saulius Jurkevičius

Nijolė KAIRYTĖ

2 Savaitė Pirmadienis

Pietūs 11:30 -15:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr003	200	1,73	1,73	17,24	82,66
Pilno grūdo duona		30	1,6	0,3	13	61
Pilno grūdo makaronai su troškintos maltos jautienos padažu (tausojantis)	Gr010 J005	120/80	16,80	11,80	41,50	377,70
Sezoninės daržovių rinkinys	D006	25/25	0,1	0,2	3,6	28,5
Vaisiai		100	1,52	0,6	27,88	112
Vanduo paskatintas uogomis	G009	200	0	0	0	4
Iš viso:			21,75	14,63	103,22	665,86

2 Savaitė Antradienis

Pietūs 11:30 -15:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Vištienos sultinys su makaronais	Sr34	200	1,46	6,69	11,97	151,13
Pilno grūdo duona		30	1,6	0,3	13	61
Orkaitėje kepti kiaulienos maltinukai praturtinti kviečių sėlenomis (tausojantis)	K002	Rgs.91	23,3	16,8	12,8	370
Bulvių košė su morkomis (tausojantis)	Gr012.2	100	2,2	3	16,1	100
Kopūstų morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu	Gr002	50	0,7	2	3,1	33
Vaisiai		100	1,52	0,6	27,88	112
Vanduo su citrina		195/5	0,04	0,02	0,48	2,17
Iš viso:			30,82	29,41	85,33	829,3

2 Savaitė Trečiadienis

Pietūs 11:30 -15:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba su pomidorais	Sr021	200	3,72	3,3	26,66	185,55
Pilno grūdo duona		30	1,6	0,3	13	61
Žuvies maltiniai (tausojantis)	Ž011	100	12,4	4,93	1	163,53
Virti ryžiai su ciberžole	Gr002	100	3,79	0,33	32,76	148
Daržovių salotos su paprika	S010	50	0,58	3,12	3,87	46
Vaisiai		100	1,52	0,6	27,88	112
Vanduo su citrina	G009	195/5	0,05	0,03	0,66	3
Iš viso:			23,66	12,61	105,83	719,08

2 Savaitė Ketvirtadienis

Pietūs 11:30 -15:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sriuba su pomidorais(tausojantis) (augalinis)	Sr22	200	3,42	2,88	27	148
Varškės cukinijų paplotėliai su spelta miltais (tausojantis) ir agurkų-natūralaus jogurto 2,5 %padažu (tausojantis)	V004	120/30	13,7	15,39	26,71	339,13
Vaisiai		100	1,52	0,6	27,88	112
Vanduo paskanintas kriaušėmis		200	0,7	0,3	5,06	25,33
Iš viso:			19,34	19,17	86,65	624,46

2 Savaitė Penktadienis

Pietūs 11:30 -15:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr014	200	3,01	3,08	23,2	132
Pilno grūdo duona		30	1,6	0,3	13	61
Orkaitėje kepta paukštiesenos šlaunelė (tausojantis)	P025	150	31,72	20,48	0,44	320,92
Virtos grikių kruopos (tausojantis)	Gr13	120	5	1,2	27,7	142
Orkaitėje kepti burokėliai apšlakstyti citrina (tausojantis)	S013	50	0,83	1,83	4,67	38,33
Vaisiai		100	1,52	0,6	27,88	112
Stalo vanduo paskanintas agurkais	G009	200	0,2	0	0,3	2
Iš viso:			43,88	27,49	97,19	808,25

Vilniaus licejaus
direktorius
Saulius Jurkevičius

4

Majolė KAJRYTĖ

3 savaitė Pirmadienis

Pietūs 11:30 -15:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiąa	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Skaidrus vištienos sultinys su ryžiais	23Sr	200	1,82	8,37	14,97	182,25
Viso grūdo ruginė duona		30	1,6	0,3	13	61
Kiaulienos maltinis (tausoįantis)	K003	90	17,03	6,3	16,25	189,81
Brinkinti griķiai (tausoįantis)	Gr018	100	4,4	1,1	24,3	124
Sezoninės daržovių rinkinys	D006	20/20	0,5	0,1	3,1	28,5
Vaisiai		100	1,52	0,6	27,88	112
Vanduo paskatintas uogomis	G009	200	0,2	0	0,6	4
Iš viso:			27,07	16,77	100,1	701,56

3 Savaitė Antradienis

Pietūs 11:30 -15:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiąa	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių sriuba	Sr010	200	2,26	2,13	11,06	72
Pilno grūdo duona		30	1,6	0,3	13	61
Orkaitėje kepta vištiena su bulvių skiltelėmis ir morkų lazdelėmis (tausoįantis)	P001	75/100	24,75	4,55	15,14	419,94
Daržovių lazdelės	D000	50	1,07	0,13	11,07	62
Vaisiai		100	1,52	0,6	27,88	112
Stalo vanduo paskanintas obuoliais	G009	200	0	0	2	5
Iš viso:			13,51	15,34	68,84	731,94

3 Savaitė Trečiadienis

Pietūs 11:30 -15:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiąa	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių sriuba	Sr011	200	2,79	2,16	15,14	91,12
Pilno grūdo duona		30	1,6	0,3	13	61
Žemaičių blynai su kiauliena	D011	120/40	14,1	11,9	28	293
Natūralus jogurtas		20	0,7	0,5	0,8	18
Sezoninių daržovių rinkinukas	D006	50	0,65	2,75	2,86	53,64
Vaisiai		100	1,52	0,6	27,88	112
Stalo vanduo paskanintas vynuogėmis	G009	200	0,2	0	1,5	7
Iš viso:			21,56	18,21	89,18	635,76

Vilniaus licejaus
direktorius
Saulius Jurkevičius

Nijolė KAIZYTĖ

3 Savaitė Ketvirtadienis

Pietūs 11:30 -15:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avinžirnių sriuba su žalumynais (tausojantis) (augalinis)	Sr001	200	4,68	2,52	13,97	98
Pilno grūdo duona		30	1,6	0,3	13	61
Orkaitėje kepti-žuvies(menkė) praturtinti grikių sėlenomis	Ž004	90/10.	17,76	13,34	6,82	309,52
Virti ryžiai su ciberžole	GR002	120	4,5	0,2	49,1	222
Daržovių salotos su krapais	S011	75	0,53	4,9	3,62	16,64
Vaisiai		100	1,52	0,6	27,88	112
Stalo vanduo paskanintas melionais		200	0,06	0	0,7	5
Iš viso:			30,65	21,86	115,09	824,16

3 Savaitė Penktadienis

Pietūs 11:30 - 15:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Špinatų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr008	200	1,72	2,02	10,5	68
Pilno grūdo duona		30	1,6	0,3	13	61
Kiaulienos maltinis (tausojantis)	K003	100	34	12,6	32,6	271,42
Kopūstų morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu	S001	50	0,6	1,8	2,8	32
Virtos perlinės kruopos(tausojantis) (augalinis)	Gr017	120	3,23	0,59	24,82	141,6
Vaisiai		100	1,52	0,6	27,88	112
Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	G009	200	0,1	0	0,9	5
Iš viso:			42,77	17,91	112,5	691,02

Vilniaus licėjaus
direktorius
Saulius Jurkevičius

Mijolė KAPRYTĖ

4 Savaitė Pirmadienis

Pietūs 11:30 -15:00

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr003	200	1,73	1,73	14,93	82,66
Pilno grūdo duona		30	1,6	0,3	13	61
Plovas su vištiena (tausojantis)	P023	113/57	13,9	12,3	43,6	409
Sezoninių daržovių rinkinukas	D006	20/20	0,4	0,1	1,8	10
Vaisiai		100	1,52	0,6	27,88	112
Vanduo su uogomis	G009	200	0,06	0,03	0,15	4
Iš viso:			19,21	15,06	101,36	678,66

4 Savaitė Antradienis

Pietūs 11:30 -15:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr015	200	6,93	3,06	23,2	148
Pilno grūdo duona		30	1,6	0,3	13	61
Orkaitėje kepti kiaulienos-jautienos kukuliai (tausojantis)	K002	50	11,48	11,44	0,9	152
Miežinių kruopų košė	Kri021	100	6,13	4,53	16,33	130,13
Kopūstų-morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	S001	50	0,91	2,59	4,05	43,11
Vaisiai		100	1,52	0,6	27,88	112
Vanduo su uogomis	G009	200	0,06	0,03	0,15	4
Iš viso:			28,63	22,55	85,51	650,24

4 Savaitė Trečiadienis

Pietūs 11:30 -15:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr017	200	2,13	2,8	10,13	74,66
Pilno grūdo duona		30	1,6	0,3	13	61
Orkaitėje keptas vištienos maltinukas (tausojantis)	P017	100	22,68	4,96	10,75	245,85
Bulvių košė	Gr012	100	2,27	2,92	2,5	115,43
Sezoninės daržovių rinkinys	D006	20/20	0,5	0,1	3,1	28,5
Vaisiai		100	1,52	0,6	27,88	112
Vanduo praturtintas vaisiais	G003	200	0	0	0	8
Iš viso:			30,7	11,68	67,36	645,44

Vilniaus ligoninės
direktorius
Saulius Jurkevičius

Nijolė KAIKYTĖ

4 Savaitė Ketvirtadienis

Pietūs 11:30 -15:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr007	200	1,37	2,12	10,98	68
Pilno grūdo duona		30	1,6	0,3	13	61
Jūrinių lydekų filė kotletai (tausojantis)	Ž013	100	14,26	2,14	12,46	186,04
Virtos grikių kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr013	100	4,2	1,03	23,1	159
Daržovių salotos su paprika	S010	50	0,6	3,1	3,9	56
Vaisiai		100	1,52	0,6	27,88	112
Stalo vanduo paskanintas uogomis		200	0	0	1,2	9
Iš viso:			23,55	9,29	92,52	651,04

4 Savaitė Penktadienis

Pietūs 11:30 15:00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	Sr009	200	2,81	2,17	19,21	108
Pilno grūdo duona		30	1,6	0,3	13	61
Pieniška dešrelė Tigriukas	A039	100	7,18	28,2	0,84	287,04
Pilno grūdo makaronai (tausojanti) (augalinis)	GR010	100	6,2	1,23	33,58	190,17
Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu	Sr009	50	1,14	3,68	3,21	50,5
Vaisiai		100	1,52	0,6	27,88	112
Vanduo paskanintas obuoliais	Gr009	200	0	0	1,2	5
Iš viso:			20,45	36,18	98,92	813,71

Direktorė



Nijolė Kairytė



Vilniaus miesto
direktorius
Saulius Jurkevičius