

4 savaitė
pirmadienis

Pusryčiai 8.00 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Perlinių kruopų košė su sviestu (T)*	3-3/45	200	8,36	10,56	53,54	327,62
Pienas ekologiškas 2,5%		200	6,40	5,20	9,60	112,00
		Iš viso:	14,76	15,76	63,14	439,62

Priešpiečiai 10.30 – 11.00 val.

Vaisiai		200	3,04	1,20	55,76	224,00
		Iš viso:	3,04	1,20	55,76	224,00

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Trinta saliero šaknies ir bulvių sriuba (T)*	Sr.40	250	2,15	6,42	16,82	127,21
Duona viso grūdo		60	4,08	0,66	31,80	149,40
		Iš viso:	6,23	7,08	48,62	276,61

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Perlinio kuskuso sriuba (AT)*	1-3/40-1	250	5,22	10,50	35,70	253,25
Duona viso grūdo		60	4,08	0,66	31,80	149,40
		Iš viso:	9,30	11,16	67,50	402,65

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (AT)*	1-3/21	250	3,60	10,32	19,64	170,62
Duona viso grūdo		60	4,08	0,66	31,80	149,40
		Iš viso:	7,68	10,98	51,44	320,02

Šiaulių rajono savivaldybės
švietimo paslaugų centras
Gedimino g. 4A, 81121 Kuršėnai,
Šiaulių rajonas

Vyresnioji specialistė
Juzefa Venckuvienė



Tvirtinu:
Šiaulių r. Ginkūnų Sofijos ir Vladimiro
Zubovų progimnazija


Daiva Jagnūnienė

2022.10.04

Pietūs 12.00 – 13.30 val. I patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Kiauliena su troškintais švž. kopūstais (T)*	5A	200	30,00	25,56	10,39	381,11
Virtos bulvės	1Gar	100	2,06	0,10	18,84	83,44
Daržovių salotos (pekino kopūstai, morkos, agurkai, pomidorai, paprika, porai) su aliejumi	2-1/3	150	1,59	4,13	6,15	57,35
Iš viso:			33,65	29,79	35,38	521,90

Pietūs 12.00 – 13.30 val. II patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Pupelių, saliero ir morkų troškiny (AT)*	5-5/109	250	14,64	10,25	45,10	284,66
Pomidorai vynuoginiai	44S	100	1,00	0,00	4,00	18,00
Duona viso grūdo		60	4,08	0,66	31,80	149,40
Iš viso:			19,72	10,94	80,90	452,06

Pietūs 12.00 – 13.30 val. III patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Kiaulienos kepsnys įdarytas kiaušiniu (T)*	20A	120	28,01	22,49	9,38	347,87
Moliūgų sėklų aliejus		10	0,00	9,99	0,00	99,90
Virti viso grūdo makaronai	6Gar	100	4,24	4,52	23,70	147,62
Daržovių salotos su aliejumi	2-1/3	100	1,06	2,75	4,10	38,23
Iš viso:			33,31	39,75	37,18	633,62

Pietūs 12.00 – 13.30 val. IV patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Kepti varškėčiai (T)*	83A	200	32,79	17,83	39,74	448,23
Grietinė jogurtinė 10%		30	1,14	3,00	1,29	36,60
Trintos uogos	P.5	40	0,24	0,12	8,56	33,68
Kepti obuoliai	15-8/160	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			34,57	21,35	62,59	571,51

Šiaulių rajono savivaldybės
švietimo paslaugų centras
Gedimino g. 4A, 81151 Kuršėnai,
Šiaulių rajonas

Vyresnioji specialistė
Juzefa Venckuvienė

Juzefa Venckuvienė

Tvirtinu:
Šiaulių r. Ginkūnų Sofijos ir Vladimiro
Zubovų progimnazija

D. J. J. J.
D. J. J. J.
2024/109-01

Pietūs 12.00 – 13.30 val. V patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Veršienos kumpio ir kiaulienos šoninės kepsnys (T)*	A.63	100	26,69	46,54	0,07	536,62
Grietinėlės ir konservuotų pomidorų padažas	P.9	30	0,65	8,98	1,03	87,35
Virti viso grūdo makaronai	6Gar	100	4,24	4,52	23,70	147,62
Šviežių daržovių ir vaisių rinkinys	S.30	100	1,06	0,30	9,58	41,60
Iš viso:			32,64	60,34	34,38	813,19

Pietūs 12.00 – 13.30 val. VI patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Garuose virti mėsos kotletukai su krapų padažu (T)*	A.47	160	20,57	25,05	13,02	382,29
Virti viso grūdo makaronai	6Gar	100	4,24	4,52	23,70	147,62
Šviežių daržovių ir vaisių rinkinys	S.30	100	1,06	0,30	9,58	41,60
Iš viso:			25,87	29,87	46,30	571,51

*A – augalinis; T - tausojantis

Šiaulių rajono savivaldybės
švietimo paslaugų centras
Gedimino g. 4A, 81161 Kuršėnai,
Šiaulių rajonas

Vyresnioji specialistė
Juzefa Venckuvienė



Tvirtinu:
Šiaulių r. Ginkūnų Sofijos ir Vladimiro
Zubovų progimnazija

[Handwritten signature]
Daiva Jagnypienė

2022-09-01

4 savaitė
antradienis

Pusryčiai 8.00 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliais	3-6/120	160	7.91	14.17	52.50	360.19
Jogurtas natūralus 3,5%		30	1.32	1.18	1.42	21.60
Uogos		40	0,00	0,00	4,40	17,60
Pienas ekologiškas 2,5%		200	6.40	5.00	9.80	112.00
		Iš viso:	15.63	20.35	68.12	511.39

Vaisiai		200	3,04	1,20	55,76	224,00
		Iš viso:	3,04	1,20	55,76	224,00

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Pieniška ryžių kruopų sriuba (T)*	25Sr	250	5.36	7.55	17.69	157.75
Viso grūdo duona su sviestu	16-1/4-1	30/5	2,08	4,46	15,94	111,90
		Iš viso:	7.44	12.01	33.63	269.65

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Tiršta vištienos sriuba (T)*	Sr.9	250	21.10	7.03	13.71	215.97
Viso grūdo duona		60	4,08	0,66	31,80	149,40
		Iš viso:	25.18	7.69	45.51	365.37

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Sriuba su mėsos kukuliukais (T)*	Sr.1	250	12.20	7.95	10.89	136.94
Grietinė jogurtinė 10%		10	0.38	1.00	0.43	12.20
Viso grūdo duona		60	4,08	0,66	31,80	149,40
		Iš viso:	16.66	9.61	43.12	298.54

Šiaulių rajono savivaldybės
švietimo paslaugų centras
Gedimino g. 4A, 81101 Kuršėnai,
Šiaulių rajonas

Vyresnioji specialistė
Juzefa Venckuvienė



Tvirtinu:
Šiaulių r. Ginkūnų Sofijos ir Vladimiro
Zubovų progimnazija

Darys Jagromienė
20.02/09-01

Pietūs 12.00 – 13.30 val. I patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Kepta paukštienos filė (T)*	22A	100	24,49	8,98	6,82	204,53
Alyvuogių aliejus		7	0,01	6,97	0,01	61,81
Virtas perlinis kuskusas	Gar.14	80	6,33	1,50	25,13	81,97
Pomidorai	44S	100	1,00	0,20	4,10	17,00
Keptos daržovės (morkos, burokėliai)	4-7/142	100	3,21	4,67	9,37	80,28
Iš viso:			35,04	22,32	45,43	445,59

Pietūs 12.00 – 13.30 val. II patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Kepti grikių ir daržovių (morkos, salierai, porai) maltinukai (AT)*	3-8/160	250	10,17	9,62	61,62	361,27
Pomidorų padažas		50	0,65	0,10	2,25	12,00
Baltojo ridiko ir obuolių salotos su aliejumi	2-3/64	100	0,91	5,20	6,74	73,49
Iš viso:			11,73	14,92	70,61	446,76

Pietūs 12.00 – 13.30 val. III patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Maltos paukštienos kepsnys (T)	35A	100	20,87	24,38	7,21	329,26
Alyvuogių aliejus		10	0,00	9,98	0,01	88,30
Virtos bulvės	1Gar	100	2,06	0,10	18,86	83,44
Pomidorai vynuoginiai	44S	50	0,50	0,00	2,00	9,00
Baltojo ridiko ir obuolių salotos su aliejumi	2-3/64	100	0,46	2,60	3,37	36,75
Iš viso:			23,89	37,06	31,45	546,75

Pietūs 12.00 – 13.30 val. IV patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Skryliai su pilno grūdo miltais (T)*	66A	200	10,85	5,51	66,74	358,99
Grietinėlės padažas	P.15	40	0,73	8,90	2,42	92,13
Kepti obuoliai	15-8/160	200	0,80	0,80	26,00	106,00
Iš viso:			12,38	15,21	69,42	452,18

Siaulių rajono savivaldybės
švietimo paslaugų centras
Gedimino g. 4A, 51151 Kuršėnai,
Siaulių rajonas

Vyresnioji specialistė
Juzefa Venckuvienė

Siaulių r. Ginkūnų Sofijos ir Vladimiro
Zubovų progimnazija
Dailė Jagnaitienė
2022-10-01

Pietūs 12.00 – 13.30 val. V patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Konvekciniėje kepti bananiniai varškėčiai (T)*	A.24	200	23.56	17.86	48.70	410.24
Jogurtas „Jums“ 2,5%		50	1.40	1.25	46.00	35.50
Kepti obuoliai	15-8/160	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			25.36	19.51	107.70	498.74

Pietūs 12.00 – 13.30 val. VI patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebala i, g	angliavanden iai, g	
Kalakutienos file ir kiaulienos šoninės kepsnys (T)*	A.62	100	33.53	37.41	0.46	474.82
Virtas perlinis kuskusas	Gar.14	80	6,33	1,50	25,13	81,97
Pomidorų užpilas	P.13	30	0,46	1,05	2,31	18,65
Šviežių daržovių ir vaisių rinkinys	S.30	100	1,06	0,30	9,58	41,60
Iš viso:			41.38	40.26	37.48	617.04

*A – augalinis; T - tausojantis

Šiaulių rajono savivaldybės
švietimo paslaugų centras
Gedimino g. 4A, 8118, Kuršėnai,
Šiaulių rajonas

Vyrusioji specialistė
Juzefa Venckuvienė



Tvirtinu:
Šiaulių r. Ginkūnų Sofijos ir Vladimiro
Zubovų progimnazija

Daiya Jągorinienė

2022.10.21

4 savaitė
trečiadienis

Pusryčiai 8.00 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebal ai, g	angliavanden iai, g	
Įvairių kruopų košė košė (miežiai, kviečiai, rugiai)(T)*	103A	200	11,60	3,15	37,35	211,00
Uogos		100	1,00	1,00	12,00	63,00
Pienas ekologiškas 2,5%		200	6,80	5,00	9,80	112,00
		Iš viso:	19,40	9,15	59,15	386,00

Vaisiai		200	3,04	1,20	55,76	224,00
		Iš viso:	3,04	1,20	55,76	224,00

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebal ai, g	angliavanden iai, g	
Tiršta burokėlių sriuba su pupelėmis (AT)*	1-3/34	250	7,35	2,79	29,75	166,98
Grietinė jogurtinė 10%		20	0,76	2,00	0,86	24,40
Duona viso grūdo		60	4,08	0,66	31,80	149,40
		Iš viso:	12,19	5,45	62,41	340,78

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebal ai, g	angliavanden iai, g	
Kreminė žalių žirnelių ir brokolių sriuba (T)*	Sr.14	250	6,12	21,07	14,99	270,16
Traškios duonos lazdelės		35	4,83	7,11	22,28	147,39
		Iš viso:	10,95	28,18	37,27	417,55

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebal ai, g	angliavanden iai, g	
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (AT)*	1-3/40	250	3,46	10,40	27,80	208,65
Duona viso grūdo		60	4,08	0,66	31,80	149,40
		Iš viso:	7,54	11,06	59,60	358,05

Šiaulių rajono savivaldybės
švietimo paslaugų centras
Gedimino g. 4A, 81101 Kuršėnai,
Šiaulių rajonas

Vyresnioji specialistė
Juzefa Venckuviene
Juzefa Venckuviene

Tvirtinu:
Šiaulių r. Ginkūnų Sofijos ir Vladimiro
Zubovų progimnazija

D. Jankiniene
Daina Jankiniene
2022/10/9 - a

Pietūs 12.00 – 13.30 val. I patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebal ai, g	angliavanden iai, g	
Kiaulienos kepsnys įdarytas kiaušiniu (T)	20A	90	21,01	16,88	7,04	260,91
Moliūgų sėklų aliejus		7	0,00	6,99	0,00	69,93
Biri sorų kruopų košė	3-3/37	100	3,72	4,02	24,34	149,72
Cukinių, agurkų, morkų salotos su aliejumi	2-1/16	50	0,53	1,09	3,35	22,20
Kepti burokėliai su saulėgrąžomis	4-7/143	100	4,97	8,49	12,18	135,54
Iš viso:			30,23	37,47	46,91	638,30

Pietūs 12.00 – 13.30 val. II patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebal ai, g	angliavanden iai, g	
Virtų bulvių kukuliai su varške	54A	200	12,02	6,11	47,99	289,36
Sviesto-grietinės padažas	5P	40	0,71	21,03	0,90	195,04
Kepti vaisiai	15-8/161	100	1,04	2,94	20,16	103,96
Iš viso:			13,74	30,08	69,05	588,36

Pietūs 12.00 – 13.30 val. III patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebal ai, g	angliavanden iai, g	
Kepti jautienos kukuliai (T)*	12-7/140	120	24,98	12,84	2,10	44,87
Moliūgų sėklų aliejus		7	0,00	6,99	0,00	69,93
Biri sorų kruopų košė	3-3/37	100	3,71	4,01	24,33	149,72
Baltojo ridiko ir obuolių salotos su aliejumi	2-3/64	150	1,37	7,80	10,11	110,24
Iš viso:			30,06	31,64	36,54	374,76

Pietūs 12.00 – 13.30 val. IV patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebal ai, g	angliavanden iai, g	
Pupelių ir daržovių troškiny (AT)*	5-5/107	200	11,29	7,22	46,62	265,10
Kepti burokėliai su saulėgrąžomis	4-7/143	130	6,46	11,04	15,83	175,81
Iš viso:			17,75	18,26	62,45	440,91

Šiaulių rajono savivaldybės
švietimo paslaugų centras
Gedimino g. 4A, 81181 Kuršėnai,
Šiaulių rajonas

Vyr. mokytoji specialistė
Juzefa Venckuvienė



Tvirtinu:
Šiaulių r. Ginkūnų Sofijos ir Vladimiro
Zubovų progimnazija

D. J. J. J.
D. J. J. J.
2024-09-01

Pietūs 12.00 – 13.30 val. V patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebal ai, g	angliavanden iai, g	
Troškiny su malta veršiena (T)*	A.10	140	9,06	8,16	20,57	209,77
Šviežių agurkų, pomidorų rinkinys	S.35	100	1,00	0,52	3,12	15,68
Kepti burokėliai su saulėgražomis	4-7/143	50	2,89	5,49	6,90	83,52
Iš viso:			12,95	14,17	30,59	308,97

Pietūs 12.00 – 13.30 val. VI patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebal ai, g	angliavanden iai, g	
Koldūnai su kiauliena (T)*	A.33	200	20,89	3,53	43,89	319,50
Grietinė 30%		40	0,96	12,00	1,24	117,20
Iš viso:			21,85	15,53	45,13	436,70


Pietūs 12.00 – 13.30 val. VII patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltym ai, g	riebal ai, g	angliavanden iai, g	
Užkepti koldūnai su kiauliena (T)*	A.34	250	26,14	53,00	25,28	682,62
Iš viso:			26,14	53,00	25,28	682,62

*A – augalinis; T - tausojantis

Šiaulių rajono savivaldybės
švietimo paslaugų centras
Gedimino g. 44, 81151 Kuršėnai,
Šiaulių rajonas

Vyresnioji specialistė
Juzefa Venckuvienė



Tvirtinu:
Šiaulių r. Ginkūnų Sofijos ir Vladimiro
Zubovų progimnazija

Darva Jagminienė
2022/09-01

4 savaitė
ketvirtadienis

Pusryčiai 8.00 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Manų kruopų košė su cinamonu (T)*	3-3/32	200	6,67	4,45	36,97	218,37
Uogos		100	1,00	1,00	12,00	63,00
Pienas ekologiškas 2,5%		200	6,80	5,00	9,80	112,00
		Iš viso:	14,47	10,45	58,77	393,37

Vaisiai		200	3,04	1,20	55,76	224,00
		Iš viso:	3,04	1,20	55,76	224,00

Sriuba 10.00 – 10.30 val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Trinta paprikų, morkų ir obuolių sriuba (T)*	1-3/37	250	1,95	10,83	13,27	143,53
Viso grūdo duona		60	4,08	0,66	31,80	149,40
		Iš viso:	6,03	11,49	45,07	292,93

Sriuba 10.00 – 10.30 val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (T)*	1-3/36	250	9,29	6,88	20,94	162,34
Viso grūdo duona		60	4,08	0,66	31,80	149,40
		Iš viso:	13,37	7,54	52,74	311,74

Sriuba 10.00 – 10.30 val

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Sriuba su mėsos kukuliais (T)	Sr.1	250	12,20	7,95	10,89	136,94
Viso grūdo duona		60	4,08	0,66	31,80	149,40
		Iš viso:	16,28	8,61	42,69	286,34

Šiaulių rajono savivaldybės
švietimo paslaugų centras
Gedimino g. 4A, 81131 Kuršėnai,
Šiaulių rajonas

Vyresnioji specialistė
Juzefa Venckuvienė



Tvirtinu:
Šiaulių r. Ginkūnų Sofijos ir Vladimiro
Zubovų progimnazija

Daiva Jankaitienė
20 2023-01

Pietūs 12.00 – 13.30 val. I patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Kepta žuvis (jūros lydeka) (T)*	9-7/144	110	21,18	2,50	0,14	111,06
Moliūgų sėklų aliejus		5	0,00	4,99	0,00	49,95
Bulvių, brokolių, ž. žirnelių košė	4-3/61	80	1,74	1,09	8,18	47,76
Šparaginės pupelės virtos	Gar.13	100	2,36	10,10	7,74	122,10
Virtų burokėlių salotos su ž. žirneliais ir švž. agurkais*	2-3/61	110	2,18	7,85	9,86	109,93
		Iš viso:	27,46	26,53	25,92	440,80

Pietūs 12.00 – 13.30 val. II patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Raudonųjų lešų troškiny su daržovėmis (AT)*	5-5/104	240	8,15	10,16	23,12	212,08
Pomidorai	44S	150	1,50	0,30	6,30	25,50
Duona viso grūdo		60	4,08	0,66	31,80	149,40
		Iš viso:	13,73	11,12	61,22	386,98

Pietūs 12.00 – 13.30 val. III patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Kepti žuvies kukulaičiai (T)*	9-7/141	180	36,79	11,57	8,91	276,73
Moliūgų sėklų aliejus		10	0,00	9,99	0,00	99,90
Bulvių, brokolių, ž. žirnelių košė	4-3/61	100	2,18	2,60	10,34	70,50
Virtų burokėlių salotos su obuoliais, su aliejumi	S.22	100	1,27	10,27	10,81	135,22
		Iš viso:	40,24	34,43	30,06	582,35

Pietūs 12.00 – 13.30 val. IV patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Lietiniai blynai su varškės ir špinatų įdaru	7-8/163	165	15,16	12,06	38,28	218,45
Grietinė 30%		40	0,96	12,00	1,24	117,20
Kepti obuoliai	15-8/160	150	0,60	0,60	19,50	79,50
		Iš viso:	16,72	24,66	59,02	415,15

Šiaulių rajono savivaldybės
švietimo paslaugų centras
Gedimino g. 4A, 81121 Kuršėnai,
Šiaulių rajonas

Vyresnioji specialistė
Juzefa Venckuvienė



Tvirtinu:
Šiaulių r. Ginkūnų Sofijos ir Vladimiro
Zubovų gimnazija

Dalyv. Jačminienė
2020-09-01

Pietūs 12.00 – 13.30 val. V patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Lietiniai blynai su virtos vištienos įdaru	A.52	200	19,57	23,33	28,81	412,26
Grietinė 30%		40	0,96	12,00	1,24	117,20
Kepti obuoliai	15-8/160	150	0,60	0,60	19,50	79,50
		Iš viso:	21.13	35.93	49.55	608.96

Pietūs 12.00 – 13.30 val. VI patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Kalakutienos file ir kiaulienos šoninės kepsnys (T)*	A.62	100	31,38	36,68	0,40	463,92
Grietinės ir konservuotų pomidorų padažas	P.9	30	0,65	8,98	1,03	87,35
Virtos bulvės	1Gar	100	2,06	0,10	18,84	83,44
Žalių salotų rinkinys su melionu	S.33	100	1,53	0,16	5,99	29,30
		Iš viso:	35.62	45.92	26.26	664.01

*A – augalinis; T - tausojantis

Šiaulių rajono savivaldybės
švietimo paslaugų centras
Gedimino g. 4A, 81121 Kuršėnai,
Šiaulių rajonas

Vyresnysis specialistė
Juzė Venckuvienė
Juzė Venckuvienė

Tvirtinu:
Šiaulių r. Ginkūnų Sofijos ir Vladimiro
Zubovų progimnazija

D. J. J.
Daiva Jagminienė
2022.10.09 - 01

4 savaitė
penktadienis

Pusryčiai 8.00 – 9.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Sorų kruopų apkepas su obuoliais ir cinamonu (T)*	3-8/165	210	15,07	10,00	65,74	406,31
Natūralus jogurtas 3,5%		30	1,32	1,18	1,42	21,60
Uogos		50	0,00	0,00	5,50	22,00
Pienas ekologiškas 2,5%		200	6,80	5,00	9,80	112,00
		Iš viso:	23,19	16,18	82,46	561,91

Vaisiai		200	3,04	1,20	55,76	224,00
		Iš viso:	3,04	1,20	55,76	224,00

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Pomidorinė sriuba su ryžiais (AT)*	1-3/33	250	2,40	5,59	23,56	142,11
Duona viso grūdo		60	4,08	0,66	31,80	149,40
		Iš viso:	6,48	6,25	55,36	291,51

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Saliero šaknies ir bulvių sriuba (AT)*	Sr.40	250	2,15	6,42	16,82	127,21
Duona viso grūdo		60	4,08	0,66	31,80	149,40
		Iš viso:	6,23	7,08	48,62	276,61

Sriuba 10.00 – 10.30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Tiršta makaronų, pupelių ir daržovių sriuba (AT)*	Sr.11	250	4,29	8,33	19,93	171,69
Duona viso grūdo		60	4,08	0,66	31,80	149,40
		Iš viso:	8,37	8,99	51,73	321,09

Šiaulių rajono savivaldybės
švietimo paslaugų centras
Gedimino g. 4A, 81131 Kuršėnai,
Šiaulių rajonas

Mykolas
Vyresnioji specialistė
Stuzefa Venckuvienė

Tvirtinu:
Šiaulių r. Ginkūnų Sofijos ir Vladimiro
Zubovų progimnazija
Mykolas
Dalva, pagndarėnė
2022-10-09-01

Pietūs 12.00 – 13.30 val. I patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Kalakutienos filė kukuliai su moliūgais (T)	10-3/60	220	33,78	5,03	23,19	270,12
Virtas perlinis kuskusas	Gar.14	100	3,24	0,60	24,82	110,56
Troškintos daržovės	4-5/101	50	0,99	2,13	4,32	35,36
Kaliaropių salotos su saulėgražomis	S.44	60	1,42	3,09	2,79	39,98
Pomidorai	44S	120	1,20	0,24	4,92	20,40
Iš viso:			40,63	11,09	60,04	476,42

Pietūs 12.00 – 13.30 val. II patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Viso grūdo makaronai su daržovėmis (brokoliai, cukinija, česnakas) (AT)*	A.66	200	18,30	13,92	39,47	335,40
Morkų padažas	P.6	30	0,47	4,69	1,88	49,71
Agurkai*		150	1,20	0,30	3,45	16,50
Iš viso:			19,97	18,91	44,80	401,61

Pietūs 12.30 – 13.30 val III patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Vištienos vėrinukai (T)*	34A	160	32,30	13,88	13,41	300,07
Biri grikių kruopų košė	7Gar	100	6,06	5,48	33,26	202,88
Pomidorų padažas		10	0,13	0,02	0,45	2,40
Svogūnų laiškai smulkinti	S.40	10	0,30	0,00	0,40	2,80
Agurkai	43S	200	1,60	0,40	4,60	22,00
Iš viso:			40,39	19,78	52,12	530,15

Pietūs 12.30 – 13.30 val IV patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavan deniai, g	
Virti varškėčiai (T)*	82A	200	27,19	13,35	53,46	442,33
Grietinėlės padažas	P.15	40	1,41	9,40	3,40	103,33
Kepti obuoliai	15-8/160	100	0,40	0,40	13,00	53,00
Iš viso:			29,00	23,15	69,86	598,66

Šiaulių rajono savivaldybės
švietimo paslaugų centras
Gedimino g. 4A, 81161 Kuršėnai,
Šiaulių rajonas

Vyresnioji specialistė
Juzefa Venckuvienė



Tvirtinu:
Šiaulių r. Ginkūnų Sofijos ir Vladimiro
Zubovų progimnazija

Dalyvė Jagminienė
2022/09-01

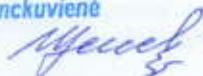
Pietūs 12.30 – 13.30 val V patiekalas

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			balty mai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Balandėliai su kalakutienu (T)*	64A	240	19,08	18,95	16,12	297,80
Virtos bulvės	1Gar	100	2,06	0,10	18,84	83,44
Agurkai marinuoti	45S	100	1,40	0,00	0,65	8,00
		Iš viso:	22,54	19,05	35,61	389,24

*A – augalinis; T - tausojantis

Šiaulių rajono savivaldybės
švietimo paslaugų centras
Gedimino g. 4A, 81131 Kuršėnai,
Šiaulių rajonas

Vyresnioji specialistė
Juzefa Venckuvienė



Tvirtinu:
Šiaulių r. Ginkūnų Sofijos ir Vladimiro
Zubovų progimnazija

Dalija Jankaitienė
2022/109-01