

# Lazdijų Motiejaus Gustaičio gimnazija

(įstaigos pavadinimas)

3-1-1

36 savaitė  
Pirmadienis

5-12 kl.

Tvirtinu:

*Rugilė Leimonaitė*  
(pareigos, vardas, pavardė)

Pietūs 07:30-16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
NATŪRALIOS ĮVAIRIŲ VAISIŲ 100% SULTYS 200g	15	200	0.20	0.20	20.00	82.60
VIRTŲ BUROKĖLIŲ SALOTOS SU ŠVIEŽIAIS OBUOLIAIS IR ALIEJAUS PADAŽU (AUGALINIS) 140g	2-3/63A 4	140	0.27	8.95	18.50	155.62
Bulguro kruopos (augalinis) (tausojantis)	89	150	6.15	0.65	37.95	182.25
Ryžių kruopų sriuba su pomidorais (augalinis) (tausojantis)	6	188.20	0.86	3.20	7.06	60.47
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	50	0.50	0.22	0.39	5.50
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	130	0.52	0.52	16.90	74.36
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	40	2.96	0.64	17.12	86.08
Grietinė (30%)	18/9 1	20	0.48	6.00	0.62	58.40
Vištienos kumpelių juostelės (tausojantis)	83	132.00	26.64	9.02	2.25	196.72
Baltasis padažas su svogūnu	60	40	1.74	2.66	4.87	50.39
Kalakutienos kukulis su morkomis (tausojantis)	10-3/62T 4	100	25.17	7.55	7.77	199.68
Orkaitėje keptos bulvės su kario prieskoniais (augalinis)	4-8/159AT 4	130	3.31	4.05	30.31	170.91
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>68.79</b>	<b>43.66</b>	<b>163.73</b>	<b>1323.00</b>

*Rugilė Leimonaitė*  
Specialistė  
Rugilė Leimonaitė

# Lazdijų Motiejaus Gustaičio gimnazija

(įstaigos pavadinimas)

36 savaitė  
Antradienis

5-12 kl.

Tvirtinū: *D. Motiejaus G. Gustaičio*  
(pareigos, vardas, pavardė)

*Mel*

Pietūs 07:30-16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
NATŪRALIOS ĮVAIRIŲ VAISIŲ 100% SULTYS 200g	15	200	0.20	0.20	20.00	82.60
Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/34AT 1	150	4.15	3.37	21.55	133.14
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	50	0.50	0.22	0.39	5.50
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	130	0.52	0.52	16.90	74.36
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	40	2.96	0.64	17.12	86.08
Grietinė (30%)	18/9 1	20	0.48	6.00	0.62	58.40
Sviesto (82%) ir grietinės (30%) padažas	10	40	0.71	20.96	0.90	195.03
Žemaičių blynai	52	250	24.08	17.85	68.16	529.67
AVIŽINIŲ KRUOPŲ IR KIAULIENOS KUMPINĖS TROŠKINYS (TAUSOJANTIS) 230g	11-5/103T 4	220	23.72	15.27	41.77	399.42
ŠVIEŽIŲ KOPŪSTŲ IR MORKŲ SALOTOS SU YPAČ TYRU ALYVUOGIŲ ALIEJUMI (AUGALINIS)	2-1/17A 4	120	1.73	5.23	7.51	84.01
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>59.05</b>	<b>70.26</b>	<b>194.91</b>	<b>1648.22</b>

*Specialistė  
Rugilė Leimonaitė*

## Lazdijų Motiejaus Gustaičio gimnazija

(įstaigos pavadinimas)

36 savaitė  
Trečiadienis

5-12 kl.

3-3-1

Tvirtinu:

*Rugilė Leimonaitė*  
(pareigos, vardas, pavardė)  
*My*

**Pietūs 07:30-16:30 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
NATŪRALIOS ĮVAIRIŲ VAISIŲ 100% SULTYS 200g	15	200	0.20	0.20	20.00	82.60
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojantis)	1-3/31AT 1	150	2.67	3.38	17.81	112.40
Pomidorų salotos su graikišku jogurtu (0,2%)	31	130	3.03	0.27	5.54	36.74
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	50	0.50	0.22	0.39	5.50
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	130	0.52	0.52	16.90	74.36
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	40	2.96	0.64	17.12	86.08
Grietinė (30%)	18/9 1	20	0.48	6.00	0.62	58.40
Grikių ir kiaulienos troškiny (tausojantis)	11-5/100T 3	200	28.50	12.81	42.94	401.03
Morkų salotos (augalinis)	59	90	1.12	6.20	9.77	99.35
Sviesto (82%) ir grietinės (30%) padažas	10	40	0.71	20.96	0.90	195.03
Kepti su garais kiaulienos zrazai su virtų kiaušinių ir svogūnų įdaru (tausojantis)	11-7/141 T 2	100	17.89	10.75	5.98	192.20
Bulvių košė su pienu (2.5%) ir sviestu (82%)	51	140	3.99	4.16	30.73	176.27
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>62.57</b>	<b>66.10</b>	<b>168.70</b>	<b>1519.96</b>

*Rugilė Leimonaitė*  
Specialistė

# Lazdijų Motiejaus Gustaičio gimnazija

(įstaigos pavadinimas)

36 savaitė  
Ketvirtadienis

5-12 kl.

Tvirtinu: *Donata A. Bulbaitė*  
(pareigos, vardas, pavardė)

Pietūs 07:30-16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
NATŪRALIOS ĮVAIRIŲ VAISIŲ 100% SULTYS 200g	15	200	0.20	0.20	20.00	82.60
Vištienos kumpelių juostelės (tausojantis)	83	132.00	26.64	9.02	2.25	196.72
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/24AT 1	150	4.00	4.27	16.59	120.79
Kopūstų, pomidorų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/8A 4	130	1.63	7.74	5.86	99.60
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	50	0.50	0.22	0.39	5.50
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	130	0.52	0.52	16.90	74.36
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	40	2.96	0.64	17.12	86.08
Grietinė (30%)	18/9 1	10	0.24	3.00	0.31	29.20
Bulvių košė su pienu (2.5%) ir sviestu (82%)	51	140	3.99	4.16	30.73	176.27
Graikiško jogurto (0,2%) ir trintų uogų padažas	18	40	1.87	0.12	6.83	35.90
Varškės (9%) apkepas (tausojantis)	48	170	23.52	15.81	35.25	377.39
Jogurtas natūralus 2.9 % 125g	33	125	6.88	6.09	7.34	111.72
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>72.95</b>	<b>51.79</b>	<b>159.55</b>	<b>1396.13</b>

# Lazdijų Motiejaus Gustaičio gimnazija

(įstaigos pavadinimas)

3-5-1

36 savaitė  
Penktadienis

5-12 kl.

Tvirtinu: *D. P. P. P.*  
(pareigos, vardas, pavardė)

*M. P.*

Pietūs 07:30-16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
NATŪRALIOS ĮVAIRIŲ VAISIŲ 100% SULTYS 200g	15	200	0.20	0.20	20.00	82.60
Virti ryžiai su ciberžole (augalinis) (tausojantis)	74	130	3.29	2.89	35.60	181.57
TIRŠTA POMIDORŲ IR LĘŠIŲ SRIUBA (AUGALINIS) (TAUSOJANTIS)	1-3/36AT 1	150	4.15	5.16	15.02	123.11
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A 3	160	2.37	10.86	7.41	136.82
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	50	0.50	0.22	0.39	5.50
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	130	0.52	0.52	16.90	74.36
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	40	2.96	0.64	17.12	86.08
Grietinė (30%)	18/9 1	20	0.48	6.00	0.62	58.40
KEPTA LAŠIŠOS FILĖ SU SVIESTO (82%) IR GRIETINĖS (30%) PADAŽU (TAUSOJANTIS)	86	115.50	17.44	28.05	1.32	327.52
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	31	140	25.57	14.42	6.79	259.26
Bulvių košė su pienu (2.5%) ir sviestu (82%)	51	140	3.99	4.16	30.73	176.27
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>61.46</b>	<b>73.12</b>	<b>151.89</b>	<b>1511.49</b>

*Rugilė Leimonaite*  
Specialistė  
Rugilė Leimonaite

## Lazdijų Motiejaus Gustaičio gimnazija

(staigos pavadinimas)

37 savaltė  
Pirmadienis

5-12 kl.

Tvirtinu: *D. Štikonas*  
(pareigos, vardas, pavardė)  
*MSU*

Pietūs 07:30-16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiška	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
NATŪRALIOS ĮVAIRIŲ VAISIŲ 100% SULTYS 200g	15	200	0.20	0.20	20.00	82.60
TIRŠTA ŠVIEŽIŲ KOPŪSTŲ SRIUBA SU BULVĖMIS, MORKOMIS IR GRIETINE (30%) (AUGALINIS) (TAUSOJANTIS)	1-3/28AT 1	150	2.05	3.24	13.32	90.61
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/7A 4	109	1.40	7.44	7.28	101.72
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	50	0.50	0.22	0.39	5.50
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	130	0.52	0.52	16.90	74.36
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	40	2.96	0.64	17.12	86.08
Sūrio lazdelė	9	40	10.68	8.32	0.14	118.16
Grietinė (30%)	18/9 1	10	0.24	3.00	0.31	29.20
Vištienos kumpelių guliašas su morkomis pomidorų tyrėje (tausojantis)	10-5/105T 4	160	24.98	8.62	8.70	212.33
Bulvių košė su pienu (2.5%) ir sviestu (82%)	51	140	3.99	4.16	30.73	176.27
Kiaulienos nugarinės kepsnys troškintas slyvų padaže (tausojantis)	88	200.00	25.64	17.23	35.58	399.98
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>73.16</b>	<b>53.59</b>	<b>150.47</b>	<b>1376.81</b>

*Dietisto Rūgilio Linauskaitės*

**Lazdijų Motiejaus Gustaičio gimnazija**

(įstaigos pavadinimas)

5-12 kl.

Tvirtinu: *Dr. Rūta Š. Prubaitė*  
(pareigos, vardas, pavardė)

37 savaitė  
Antradienis

3-2  
1-2-1

Pietūs 07:30-16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išelga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
NATŪRALIOS ĮVAIRIŲ VAISIŲ 100% SULTYS 200g	15	200	0.20	0.20	20.00	82.60
Rūgštynių sriuba (tausojantis)	5	150	2.64	3.53	10.28	83.48
Kopūstų, morkų, obuolių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/10A 2	110	1.35	7.00	10.46	110.22
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	50	0.50	0.22	0.39	5.50
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	130	0.52	0.52	16.90	74.36
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	40	2.96	0.64	17.12	86.08
Grietinė (30%)	18/9 1	10	0.24	3.00	0.31	29.20
Sviesto (82%) ir grietinės (30%) padažas	10	40	0.71	20.96	0.90	195.03
Orkaitėje kepti kiaulienos kukuliai (tausojantis)	11-8/162T 2 (1)	120	30.21	14.29	14.20	306.25
Bulvių košė su pienu (2.5%) ir sviestu (82%)	51	140	3.99	4.16	30.73	176.27
Bulvių plokštainis su vištiena	4	300.00	19.41	6.56	47.97	328.54
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>62.72</b>	<b>61.07</b>	<b>169.26</b>	<b>1477.53</b>

*Dietistė Rūgile Šimonaitė*

# Lazdijų Motiejaus Gustaičio gimnazija

(staigos pavadinimas)

5-12 kl.

Tvirtinu: *Dadlė J. Paulaitė*  
(pareigos, vardas, pavardė)  
*Šteig*

37 savaitė  
Trečiadienis

Pietūs 07:30-16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išelga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
NATŪRALIOS ĮVAIRIŲ VAISIŲ 100% SULTYS 200g	15	200	0.20	0.20	20.00	82.60
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojantis)	1-3/31AT 1	150	2.67	3.38	17.81	112.40
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/60A 2	150	5.50	15.19	27.00	266.72
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	50	0.50	0.22	0.39	5.50
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	130	0.52	0.52	16.90	74.36
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	40	2.96	0.64	17.12	86.08
Grietinė (30%)	18/9 1	10	0.24	3.00	0.31	29.20
Keptas su garais netikras kiaulienos kumpinės zuikis (tausojantis) <i>1</i>	11-7/140T 1	110	31.06	14.70	5.98	280.44
Baltasis padažas su svogūnu	60	40	1.74	2.66	4.87	50.39
Bulvių košė su pienu (2.5%) ir sviestu (82%)	51	140	3.99	4.16	30.73	176.27
Varškės (9%) apkepas (tausojantis) <i>2</i>	48	170	23.52	15.81	35.25	377.39
Graikiško jogurto (0,2%) ir trintų uogų padažas	18	40	1.87	0.12	6.83	35.90
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>74.77</b>	<b>60.60</b>	<b>183.19</b>	<b>1577.25</b>

*Dietistė Rūgilė Lemonaitė*  
*R*



1-4-1

**Lazdijų Motiejaus Gustaičio gimnazija**

(įstaigos pavadinimas)

5-12 kl.

Tvirtinu: *Direktorė J. Šubaitė*  
(pareigos, vardas, pavardė)37 savaitė  
Ketvirtadienis

Pietūs 07:30-16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išselga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
NATŪRALIOS ĮVAIRIŲ VAISIŲ 100% SULTYS 200g	15	200	0.20	0.20	20.00	82.60
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT 1	150	5.17	4.22	22.00	146.66
MALTAS VIŠTIENOS ŠNICELIS SU BALTUOJU PADAŽU (TAUSOJANTIS) 120g/40g	40	120	34.92	11.15	18.77	315.13
Kopūstų, morkų, obuolių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/10A 2	110	1.35	7.00	10.46	110.22
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	50	0.50	0.22	0.39	5.50
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	130	0.52	0.52	16.90	74.36
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	40	2.96	0.64	17.12	86.08
Grietinė (30%)	18/9 1	10	0.24	3.00	0.31	29.20
Bulvių košė su pienu (2.5%) ir sviestu (82%)	51	140	3.99	4.16	30.73	176.27
Grikių ir kiaušienos troškiny (tausojantis)	11-5/100T 3	200	28.50	12.81	42.94	401.03
AGURKŲ SALOTOS SU GRAIKIŠKU JOGURTU (0,2%)	44	135	1.46	0.28	3.32	21.66
Iš viso (dienos davinio):			79.79	44.20	182.94	1448.72

Dietistė: *Rugilė Leimonaitė**J*

# Lazdijų Motiejaus Gustaičio gimnazija

(įstaigos pavadinimas)

37 savaitė  
Penktadienis

5-12 kl.

Tvirtinu: *Direktorius S. Bubaitis*  
(pareigos, vardas, pavardė)

*S. Bubaitis*

Pietūs 07:30-16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Lietuviški šaltibarščiai su burokėliais (tausojantis)	7	240.00	7.96	9.89	10.71	163.71
Sūrio lazdelė	9	40	10.68	8.32	0.14	118.16
Morkų salotos (augalinis)	59	90	1.12	6.20	9.77	99.35
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	130	0.52	0.52	16.90	74.36
Daržovių padaže troškinti žuvis (jūros lydekos) kukuliai (tausojantis)	43	177	25.88	13.17	17.50	292.06
Orkaitėje keptos bulvės su kario prieskoniais (augalinis)	4-8/159AT 4	130	3.31	4.05	30.31	170.91
NATŪRALIOS ĮVAIRIŲ VAISIŲ 100% SULTYS 200g	15	200	0.20	0.20	20.00	82.60
VIŠTIENOS ŠLAUNELIŲ GULIAŠAS SU MORKOMIS POMIDORŲ TYRĖJE (TAUSOJANTIS)	10-5/105T 4	240	23.24	5.43	11.94	189.54
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	50	0.50	0.22	0.39	5.50
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>73.41</b>	<b>48.00</b>	<b>117.65</b>	<b>1196.20</b>

Dietistė Rugilė Leimonaitė

# Lazdijų Motiejaus Gustaičio gimnazija

(įstaigos pavadinimas)

38 savaitė  
Pirmadienis

5-12 kl.

Tvirtinu:

*D. Leimonaite*  
(pareigos, vardas, pavardė)

Pietūs 07:30-16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Rūgštynių sriuba (tausojantis)	5	150	2.64	3.53	10.28	83.48
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/7A 4	109	1.40	7.44	7.28	101.72
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	50	0.50	0.22	0.39	5.50
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	130	0.52	0.52	16.90	74.36
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	40	2.96	0.64	17.12	86.08
Grietinė (30%)	18/9 1	10	0.24	3.00	0.31	29.20
Ryžių plovas su vištienos file (tausojantis)	10-5/111T 2 (3)	180	19.58	6.33	29.35	252.67
Jogurtas natūralus 2.9%rieb. 125g	29	125	5.50	4.88	5.88	89.38
KALAKUTIENOS FILE JUOSTELĖS PADAŽE (TAUSOJANTIS) 120g	84	120	30.65	10.24	6.00	238.77
Grikių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/33T 2	140	4.42	2.82	24.27	140.16
Pomidorų salotos su graikišku jogurtu (0,2%)	31	130	3.03	0.27	5.54	36.74
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>71.44</b>	<b>39.89</b>	<b>123.32</b>	<b>1138.06</b>

*[Signature]*  
Specialistė  
Rugilė Leimonaite

## Lazdijų Motiejaus Gustaičio gimnazija

(įstaigos pavadinimas)

38 savaitė  
Antradienis

5-12 kl.

Tvirtinū

*Direktorė J. Anuškaitė*  
(pareigos, vardas, pavardė)

*LM*

Pietūs 07:30-16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
NATŪRALIOS ĮVAIRIŲ VAISIŲ 100% SULTYS 200g	15	200	0.20	0.20	20.00	82.60
Virtos perlinio kuskuso kruopos (augalinis) (tausojantis)	88	150	6.00	0.75	37.00	178.75
Raugintų agurkų su perlinėmis kruopomis sriuba (tausojantis)	120	150.00	1.42	7.77	12.00	123.62
ŠVIEŽIŲ KOPŪSTŲ IR MORKŲ SALOTOS SU YPAČ TYRU ALYVUOGIŲ ALIEJUMI (AUGALINIS)	2-1/17A 4	120	1.73	5.23	7.51	84.01
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	50	0.50	0.22	0.39	5.50
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	130	0.52	0.52	16.90	74.36
Grietinė (30%)	18/9 1	10	0.24	3.00	0.31	29.20
Baltasis padažas su svogūnu	60	40	1.74	2.66	4.87	50.39
Keptas su garais netikras kiaulienos kumpinės zuikis (tausojantis)	11-7/140T 1	110	31.06	14.70	5.98	280.44
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	40	2.96	0.64	17.12	86.08
Graikiško jogurto (0,2%) ir trintų uogų padažas	18	30	1.40	0.09	5.12	26.92
Kepti varškėčiai (9%) (tausojantis)	8	150	26.38	16.80	29.42	374.41
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>74.16</b>	<b>52.58</b>	<b>156.61</b>	<b>1396.28</b>

*[Signature]*

Specialistė  
Rugilė Leimonaitė

## Lazdijų Motiejaus Gustaičio gimnazija

(įstaigos pavadinimas)

38 savaitė  
Trečiadienis

5-12 kl.

Tvirtinu:

*Rugilė Leimonaitė*  
(pareigos, vardas, pavardė)  
*Shy*

Pietūs 07:30-16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
NATŪRALIOS ĮVAIRIŲ VAISIŲ 100% SULTYS 200g	15	200	0.20	0.20	20.00	82.60
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/41AT 1	150	2.26	4.75	14.15	108.36
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	50	0.50	0.22	0.39	5.50
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	130	0.52	0.52	16.90	74.36
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	40	2.96	0.64	17.12	86.08
Sūrio lazdelė	9	40	10.68	8.32	0.14	118.16
Grietinė (30%)	18/9 1	10	0.24	3.00	0.31	29.20
Sviesto (82%) ir grietinės (30%) padažas	10	40	0.71	20.96	0.90	195.03
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos įdaru	54	0180	11.08	4.65	45.19	266.87
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A 3	100	1.48	6.79	4.63	85.51
Baltasis padažas su svogūnu	60	40	1.74	2.66	4.87	50.39
Maltas kiaulienos šnicelis (tausojantis)	40	100	25.27	16.22	16.58	313.34
Bulvių košė su pienu (2.5%) ir sviestu (82%)	51	140	3.99	4.16	30.73	176.27
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>61.61</b>	<b>73.08</b>	<b>171.90</b>	<b>1591.68</b>

*Rugilė Leimonaitė*  
Specialistė  
Rugilė Leimonaitė

# Lazdijų Motiejaus Gustaičio gimnazija

(įstaigos pavadinimas)

38 savaitė  
Ketvirtadienis

5-12 kl.

Tvirtinu:

*Riekiči S. Šulcavič*  
(pareigos, vardas, pavardė)

Pietūs 07:30-16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (augalinis) (tausojantis)	1-3/35AT 1	150	5.17	4.22	22.00	146.66
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	50	0.50	0.22	0.39	5.50
Morkų salotos (augalinis)	59	90	1.12	6.20	9.77	99.35
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	130	0.52	0.52	16.90	74.36
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	40	2.96	0.64	17.12	86.08
Grietinė (30%)	18/9 1	10	0.24	3.00	0.31	29.20
Baltasis padažas su svogūnu	60	40	1.74	2.66	4.87	50.39
Kalakutienos kukulis su morkomis (tausojantis)	10-3/62T 4	100	25.17	7.55	7.77	199.68
Bulvių košė su pienu (2.5%) ir sviestu (82%)	51	140	3.99	4.16	30.73	176.27
Graikiško jogurto (0,2%) ir trintų uogų padažas	18	30	1.40	0.09	5.12	26.92
Lietiniai blynai su varškės (9%) įdaru	57	150	13.60	8.86	33.81	269.37
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>56.41</b>	<b>38.11</b>	<b>148.79</b>	<b>1163.79</b>

Specialistė  
Rugilė Leimonaitė

# Lazdijų Motiejaus Gustaičio gimnazija

(įstaigos pavadinimas)

38 savaitė  
Penktadienis

5-12 kl.

Tvirtinu,

*Dienelis J. Buback*  
(pareigos, vardas, pavardė)

Pietūs 07:30-16:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis) (30%) 200g/10g-	1-3/39AT 1	200	1.44	5.52	17.88	126.99
Pekino kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	20	120	1.69	6.37	11.81	111.32
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)	18/25 2	50	0.50	0.22	0.39	5.50
Sezoniniai vaisiai	18/20 1	130	0.52	0.52	16.90	74.36
Viso grūdo ruginė duona	18/70 1	40	2.96	0.64	17.12	86.08
Grietinė (30%)	18/9 1	10	0.24	3.00	0.31	29.20
Bulvių košė su pienu (2.5%) ir sviestu (82%)	51	140	3.99	4.16	30.73	176.27
Kepta su garais žuvis (lydeka) su porais, morkomis, žiediniais kopūstais (tausojantis)	2.1	120.00	21.98	14.80	6.32	246.44
NATŪRALIOS ĮVAIRIŲ VAISIŲ 100% SULTYS 200g	15	200	0.20	0.20	20.00	82.60
Virtų burokėlių salotos su šviežiais obuoliais ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-3/63A 4	150	0.23	9.29	18.15	157.16
Grikių ir kiaušienos troškiny (tausojantis)	11-5/100T 3	200	28.50	12.81	42.94	401.03
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>62.24</b>	<b>57.53</b>	<b>182.55</b>	<b>1496.96</b>

Specialistė  
Rugilė Leimonaite