

Raseinių r. Ariogalos gimnazija

(ikimokyklinio, priešmokyklinio ar bendrojo ugdymo programas vykdančios įstaigos ar vaikų stacionarios socialinių paslaugų įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas)

Vytauto g. 94, Ariogala 60260

(adresas)

15 DIENŲ PUSRYČIŲ VALGIARAŠTIS

6-10 metų vaikams

2026 06 29

Įstaigos darbo laikas

Nuo 8 iki 14 val.

PERSPEKTYVINIS PUSRYČIŲ VALGIARAŠTIS

6-10 metų vaikams

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveža	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta močiutės kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-51/200/T_NAUJA	200	8,17	6,10	45,02	267,98
Batonas su sviestu (82%)	UŽK-134/32/T	32	2,39	3,46	15,59	101,77
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,48
Iš viso:			10,57	9,56	60,67	370,23

Antradienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveža	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta kvietinių kruopų košė su morkomis (tausojantis)	KRUOP-91/200/T	200	7,91	6,00	38,76	238,58
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%)	UŽK-10/45/T	45	3,00	4,77	17,16	130,40
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,48
Iš viso:			10,92	10,77	55,98	369,46

Trečiadienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveža	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta ryžių kruopų košė su pienu (2,5%) ir razinomis (tausojantis)	KRUOP-27/200/T	200	6,44	6,75	47,18	267,72
Grietinė (30%)	PAD-11/20/T	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Trintos uogos	PAD-1/20/T	20	0,22	0,10	1,20	8,77
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,31
Iš viso:			11,48	16,30	55,80	405,40

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveža	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta perlinių kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-24/200/T	200	7,06	7,61	34,52	235,22
Batonas su sviestu (82%)	UŽK-134/32/T	32	2,39	3,46	15,59	101,77
Kmynų gėrimas	GĖR-76/200/T	200	2,08	1,55	18,49	77,40
Iš viso:			11,53	12,62	68,60	414,39

Penktadienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveža	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Veganiška kruopų košė su pienu (2,5%) (tausojantis)	KRUOP-92/200/T_NAUJA	200	7,38	11,05	42,11	298,10
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,23
Iš viso:			9,14	12,35	44,67	327,33

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė



Direktorius
Arvydas Stankus



PERSPEKTYVINIS PUSRYČIŲ VALGIARAŠTIS

6-10 metų vaikams

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveža	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių grūdų dribsnių košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-30/200/T	200	7,96	6,71	31,20	227,82
Batonas su sviestu (82%)	UŽK-134/50/T	50	3,60	6,16	23,40	161,40
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,48
Iš viso:			11,57	12,87	54,66	389,70

Antradienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveža	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-90/200/T_NAUJA	200	7,74	7,32	44,49	265,36
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%)	UŽK-10/25/T	45	1,50	2,39	8,58	65,20
Nesaldintas gėrimas iš sulčių (obuolių)	GĖR-15/200/T	200	0,05	0,05	7,20	23,62
Iš viso:			9,29	9,76	60,27	354,18

Trečiadienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveža	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Manų košė su cinamonu ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-2/200/T_NAUJA	200	8,09	5,52	35,23	227,00
Grietinė (30%)	PAD-11/20/T	20	0,48	6,00	0,62	58,60
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,31
Trintos uogos	PAD-1/20/T	20	0,22	0,10	1,20	8,77
Iš viso:			13,13	15,07	43,85	364,68

Ketvirtadienis

Pusryčiai 8.45

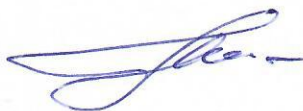
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveža	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su pienu (2,5%) sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-5/200/T_NAUJA	200	6,61	5,23	34,87	256,78
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%)	UŽK-10/25/T	45	1,50	2,39	8,58	65,20
Kmynų gėrimas	GĖR-76/200/T	200	2,08	1,55	18,49	77,40
Iš viso:			10,19	9,17	61,94	399,38

Penktadienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveža	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta sorų kruopų košė su morkomis ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-6/200/T	200	8,05	14,14	34,81	301,98
Arbata su pienu (2,5%) be cukraus	GĖR-45/200/T	200	1,76	1,30	2,56	29,23
Iš viso:			9,81	15,44	37,37	331,21

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė



Direktorius
Arvydas Stankus



PERSPEKTYVINIS PUSRYČIŲ VALGIARAŠTIS

6-10 metų vaikams

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta ryžių kruopų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-31C/200/T	200	6,91	5,43	39,82	231,78
Batonas su sviestu (82%)	UŽK-134/50/T	50	3,60	6,16	23,40	161,40
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,48
Iš viso:			10,52	11,59	63,28	393,66

Antradienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų košė su tarkuotomis bulvėmis (tausojantis)	KRUOP-29/200/T_NAUJA	200	5,48	6,74	26,88	190,00
Pilno grūdo ruginė duona su sviestu (82%)	UŽK-10/50/T	50	3,03	8,90	17,20	167,60
Arbata be cukraus	GĖR-2/200/T	200	0,01	0,00	0,06	0,48
Iš viso:			8,52	15,64	44,14	358,08

Trečiadienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Tiršta avižinių dribsnių košė su pienu (2,5%) ir sviestu (tausojantis)	KRUOP-33/200/T	200	9,96	9,94	35,24	261,21
Nesaldinta kakava su pienu (2,5%)	GĖR-8/200/T	200	4,34	3,45	6,80	70,31
Iš viso:			14,30	13,39	42,04	331,52

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Miežinių dribsnių košė su pienu (2,5%) sviestu (82%) (tausojantis)	KRUOP-39/200/T	200	8,04	7,73	38,04	264,36
Kmynų gėrimas	GĖR-76/200/T	200	2,08	1,55	18,49	77,40
Iš viso:			10,12	9,28	56,53	341,76

Penktadienis

Pusryčiai 8.45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	KRUOP-21/200/T_NAUJA	200	8,00	6,11	56,51	356,17
Kefyras (2,5%)	GĖR-18/150/T	150	5,10	3,75	7,35	90,00
Iš viso:			13,10	9,86	63,86	446,17

Direktorius
Arvydas Stankus

Jurgita Jankauskienė
Maitinimo organizavimo
regiono vadovė