



VŠĮ Dvylika žirnių
15 dienų PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS
Vilniaus Joachimo Lelevelio inžinerijos gimnazija
11+ metų

1

Tvirtinu: VŠĮ "Dvylika žirnių" Direktorius
Juras Kavaliauskas

Vilniaus Joachimo Lelevelio
inžinerijos gimnazijos direktorė
Beata Petkevič-Viniarska

1 savaitė pirmadienis
Pietūs 11.00-11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Perlinių kruopų sriuba su morkomis ir vištiena (augalinis)(tausojantis)	1-3/36AT	150	5,32	4,32	15,89	123,72
Grietinė 30%(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,40
Duona pilno grūdo(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
1.Varškės apkepas(3,7)(tausojantis)	2AA/2	200	30,54	18,06	26,61	391,14
Trintos uogos(augalinis)	P15	10	0,06	0,50	1,21	9,58
Grietinė 30%(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,2
Morkos	SAL27	50	0,50	0,10	4,35	20,3
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		39,01	29,53	73,68	716,73
Perlinių kruopų sriuba su morkomis ir vištiena	1-3/36AT	150	5,32	4,32	15,89	123,72
Grietinė 30%(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,40
Duona pilno grūdo(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
2.Kieto grūdo makaronai su trintų pomidorų ir daržovių padažu (augalinis,tausojantis)(1)	AAP615/2	200	14,00	22,80	0,00	261,20
Šviežių kopūstų salotos(augalinis)	2-2/5A	100	1,29	3,71	3,54	52,71
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		22,96	34,38	44,74	580,42

Tvirtinu: VšĮ "Dvylika žirnių"

VšĮ "Dvylika žirnių"
Direktorius
Juras KavaliauskasVilniaus Joachimo Lelevelio
inžinerijos gimnazijos direktorė
Beata Petkevič-Viniarska

1 savaitė antradienis

Pietūs 11.00-11.30

Patiekalo pavadinimas(Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Burokėlių sriuba (augalinis)(tausojantis)	1-3/39AT	150	1,45	3,16	10,85	77,64
Grietinė 30%(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Duona viso grūdo(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
1.Kiaulienos plovas(tausojantis)	A4	75/125	18,68	23,47	34,69	424,71
Parauginti agurkai/raugintų kopūstų salotos(augalinis)(sezoniškumas)	2-2/17A	100	0,80	0,20	2,30	11,00
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
VISO			23,28	30,38	73,15	655,94
Burokėlių sriuba (augalinis)(tausojantis)	1-3/39AT	150	1,45	3,16	10,85	77,64
Grietinė 30%(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Duona viso grūdo(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
2.Kepti bulvinukai su sezamo sėklomis ir pėvagrybių padažu(tausojantis)(1,3,7)	AAP645/2	200/30	6,95	15,22	77,60	466,24
Parauginti agurkai/raugintų kopūstų	2-2/17A	100	0,80	0,20	2,30	11,00
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	100	0,76	0,30	13,90	61,34
VISO			11,55	22,13	116,06	697,47

Tvirtinu: VšĮ "Dvylika žirnių"

VšĮ "Dvylika žirnių"
Direktorius
Juris KavaliauskasVilniaus Joachimo Lelevelio
inžinerijos gimnazijos direktorė
Beata Petkevič-Viniarska

1 savaitė trečiadienis

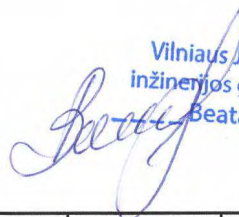
Pietūs 11.00-11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Sriuba daržovių su makaronais(augalinis)(tausojantis)	1-3/28AT	150	2,13	2,55	14,99	91,43
Grietinė 30%(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Duona viso grūdo(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
2.Pieniškos dešrelės'Tigriukas"	AAP615/2	100	14,00	22,80	0,00	261,20
Bulvių košė(7)	4-3/64T	100	2,05	6,18	15,02	123,90
Morkytės fri(augalinis)	SAL17/2	100	1,07	3,21	9,32	70,45
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,05	0,03	0,64	3,03
	VISO		20,89	38,02	51,38	631,26
Sriuba daržovių su makaronais(augalinis)(tausojantis)	1-3/28AT	150	2,13	2,55	14,99	91,43
Grietinė 30%(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Duona viso grūdo(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
2.Daržovių kotletukai(cukinijų, morkų)(augalinis,tausojantis)(1,7)	AAP648	120	7,97	16,47	9,47	217,99
Bulvių košė(7)	4-3/64T	100	2,05	6,18	15,02	123,90
Morkytės fri(augalinis)	SAL17/2	100	1,07	3,21	9,32	70,45
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		15,57	31,96	74,11	646,36

VšĮ „Dvylika žirnių“
 direktorius
 Juras Kavaliauskas



Vilniaus Joachimo Lelevelio
 inžinerijos gimnazijos direktorė
 Beata Petkevič-Viniarska



1 savaitė ketvirtadienis

Pietūs 11.00-11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Žirnių sriuba su morkomis(augalinis)(tausojantis)	1-3/24AT	150	6,39	6,39	21,24	168,03
Grietinė 30%(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
1.Kepta vištienos šlaunelė(tausojantis)	34A/2	100	23,47	16,86	0,00	245,62
Grikių košė(tausojantis)	4-4/64T	100	4,20	1,03	23,12	118,55
Agurkai(augalinis)(pagal sezoniškumą)	2-1/6A	100	0,80	0,20	2,30	14,20
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		37,21	28,03	71,97	688,99
Žirnių sriuba su morkomis(augalinis)(tausojantis)	1-3/24AT	150	6,39	6,39	21,24	168,03
Grietinė 30%(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
2.Grikių ir daržovių troškinys(augalinis)(tausojantis)	4-8/162T	75/75	6,46	16,41	35,26	314,57
Agurkai(augalinis)(pagal sezoniškumą)	2-1/6A	100	0,80	0,20	2,30	14,20
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	100	1,52	0,60	27,80	122,68
	VISO		16,76	26,85	98,01	700,73

Tvirtinu: VšĮ "Dvylika žirnių"

Direktorius
Juras KavaliauskasVilniaus Joachimo Lelevelio
inžinerijos gimnazijos direktorė
Beata Petkevič-Viniarska

1 savaitė penktadienis

Pietūs 11.00-11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Ryžių pienoška sriuba (tausojantis)	SR6	150	4,03	4,22	13,18	106,82
Duona su viso grūdo(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
2.Fich(žuvis tešloje)&chips(1,3,4,7)(tausojantis)	AAP602/2	70	12,23	4,34	10,43	129,70
Ryžiai su ciberžole(tausojantis)	GGA83	100	2,35	2,33	25,35	131,77
Morkų salotos su saulėgražomis(augalinis)	2-4/63A	100	1,23	5,76	8,41	90,40
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	100	1,52	0,60	27,80	122,68
	VISO		22,71	17,50	96,27	633,42
Ryžių pienoška sriuba (tausojantis)	SR6	150	4,03	4,22	13,18	106,82
2.Pica "Margarita"(1,7)	IVR178/2	200	19,24	15,12	75,13	513,56
Morkos(augalinis)	SAL27/2	100	0,75	0,15	6,53	30,47
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
	VISO		24,07	19,52	95,48	653,88

Tvirtinu: Vėj " Dvylika žirnių"
 Vėj „Dvylika žirnių“
 Direktorius
 Tomas Kavaliauskas

Vilniaus Joachimo Lelevelio
 inžinerijos gimnazijos direktorė
 Beata Petkevič-Viniarska

2 savaitė pirmadienis
 Pietūs 11.00-11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis ir morkomis(augalinis)(tausojantis)	1-3/25AT	150	1,78	3,16	11,27	80,64
Grietinė(7)	P14	10	0,24	3,00	0,32	29,24
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
1.Švediški kukuliai padaže (tausojantis)(1,3,7)	10-4/62T	100/20	10,27	18,98	13,82	267,18
Bulvių košė(7)	6-3/60T	100	2,05	6,18	0,69	66,58
Šviežių kopūstų salotos(augalinis)	R 2-2/15	100	1,29	6,19	5,90	84,47
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		17,74	38,06	57,00	641,50
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis ir morkomis(augalinis)(tausojantis)	1-3/25AT	150	1,78	3,16	11,27	80,64
Grietinė(7)	P14	10	0,24	3,00	0,32	29,24
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
2.Bulvių plokštainis(augalinis)(3,7)	4-8/162T	150	6,46	16,43	35,26	304,12
Grietinė (7)	P14	20	0,48	6,00	0,62	58,80
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		11,07	29,14	72,47	586,19

Tvirtinu: VŠĮ "Dvylika žirnių"

VŠĮ „Dvylika žirnių“
Direktorius
Juras Kavaliauskas

2 savaitė antradienis
Pietūs 11.00-11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Burokėlių sriuba su pupelėmis (augalinis)(tausojantis)	1-3/39AT	150	3,64	1,26	16,31	91,14
Grietinė(7)	P14	10	0,24	3,00	0,32	29,24
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
1.Kepti varškėčiai(tausojantis)(1,3,7)	6-7/102	200	28,73	23,81	58,18	561,93
Grietinė(7)	P14	10	0,24	3,00	0,32	29,24
Trintos uogos(augalinis)	P15	10	0,06	0,05	1,21	5,53
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
	VISO		35,02	31,67	101,34	830,47
Burokėlių sriuba su pupelėmis (augalinis)(tausojantis)	1-3/39AT	150	3,64	1,26	16,31	91,14
Grietinė(7)	P14	10	0,24	3,00	0,32	29,24
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
2.Daržovių ir lęšių troškinys(augalinis) (tausojantis)		160	14,20	31,68	28,56	429,96
Keptos morkytės su žolelėmis /pomidorai(augalinis)		50/50	1,15	5,22	7,72	72,89
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
	VISO		21,34	41,71	77,91	736,62



Tvirtinu: VšĮ "Dvylika žirnių"

VšĮ "Dvylika žirnių"
Direktorius

Ras Kavaliauskas


2 savaitė trečiadienis**Pietūs 11.00-11.30**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Kopūstų sriuba su morkomis(augalinis)(tausojantis)	1-3/25AT	150	1,53	3,15	10,32	75,75
Grietinė(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Duona(1)	Š1	10	0,65	0,11	5,23	24,51
1.Vištienos kepsnys (tausojantis)(1,3)	32A/2	70	16,88	19,81	10,74	288,77
Keptos orkaitėje bulvytės Fri	AAP671	70	1,72	2,91	15,59	95,43
Šviežių kopūstų, cukinijų ir morkų salotos su saulėgrąžų sėklomis ir ypač tyru alyvuogių aliejumi(augalinis)	R 2-1/22A	90	1,55	6,13	5,01	81,41
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		23,38	35,44	61,74	659,44
Kopūstų sriuba su morkomis(augalinis)(tausojantis)	1-3/25AT	150	1,53	3,15	10,32	75,75
Grietinė(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
2.Daržovių Paela(augalinis,tausojantis)		150	17,78	13,06	16,35	255,47
Šviežių kopūstų, cukinijų ir morkų salotos su saulėgrąžų sėklomis ir ypač tyru alyvuogių aliejumi(augalinis)	R 2-1/22A	90	1,55	6,13	5,01	81,41
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		23,21	25,89	56,99	555,22

Tvirtinu: VšĮ "Dvylika žirnių"

VšĮ "Dvylika žirnių"
Direktorius
Juras Kavaliauskas



Vilniaus Joachimo Lelevelio
inžinerijos gimnazijos direktorė
Beata Petkevič-Viniarska

9

2 savaitė ketvirtadienis
Pietūs 11.00-11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Pupelių sriuba su morkomis (augalinis)(tausojantis)	1-3/35AT	150	4,31	7,81	16,56	153,77
Grietinė(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
1.Vištienos kotletas Nuggets	37A/2	100	15,75	14,40	17,93	264,32
Ryžiai su ciberžole (tausojantis)	Gar5/2	100	2,35	2,33	25,35	131,77
Parauginti agurkai(augalinis)	45S	100	0,80	0,20	2,30	14,20
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		25,56	28,29	87,45	706,65
Pupelių sriuba su morkomis (augalinis)(tausojantis)	1-3/35AT	150	4,31	7,81	16,56	153,77
Grietinė(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
2.Garintos daržovės(tausojantis, augalinis)	AAP238	150	3,48	6,66	10,87	117,34
Ryžiai su ciberžole (tausojantis)	Gar5/2	100	2,35	2,33	25,35	131,77
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	100	1,52	0,60	27,80	122,68
	VISO		13,25	20,65	91,99	606,81

Tvirtinu: VšĮ "Dvylika žirnių"

VšĮ „Dvylika žirnių“
Direktorius
E. Kavaliauskas**2 savaitė penktadienis****Pietūs 11.00-11.30**Vilniaus Joachimo Lelevelio
inžinerijos gimnazijos direktorė
Beata Petkevič-Viniarska

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Bulvienė su žuvim(tausojantis)	1-3/24AT	150	4,31	3,42	9,19	84,78
Grietinė(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
1.Kiaulienos guliašas(tausojantis)(1,7)	AAP493/2	80/40	17,69	24,11	7,47	317,63
Birūs griekiai(tausojantis)	3-4/33T	100	4,20	1,03	23,12	118,55
Agurkai(augalinis)(pagal sezoniškumą)	2-2/6A	100	0,80	0,20	2,30	14,20
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		29,35	32,31	67,39	677,75
Bulvienė su žuvim(tausojantis)	1-3/24AT	150	4,31	3,42	9,19	84,78
Grietinė(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
2.Grikių sklandžiai(1,3,7)(augalinis)		150	18,91	15,37	60,02	446,73
Trintos uogos(augalinis)	P15	20	0,06	0,05	1,21	4,30
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		25,63	22,39	95,73	686,95

Tvirtinu: VšĮ "Dvylika žirnių"
 "Dvylika žirnių"
 Direktorius
 Juras Kavaliauskas



Vilniaus Joachimo Lelevelio
 inžinerijos gimnazijos direktorė
 Beata Petkevič-Viniarska



3 savaitė pirmadienis
 Pietūs 11.00-11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Ryžių pomidorinė sriuba(augalinis)(tausojantis)	1-3/33AT	150	2,10	3,48	20,29	120,88
Grietinė(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
1.Varškės apkepas(3,7)(tausojantis)	AAP672	200	30,54	18,06	26,61	391,14
Trintos uogos(augalinis)	P15	10	0,06	0,05	1,21	5,53
Grietinė 30%(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Kepti obuoliai su cinamonu (augalinis)	2-1/25A	50	0,26	0,25	11,06	47,53
Morkos	SAL27	50	0,50	0,10	4,35	20,3
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisia	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		36,05	28,49	89,14	757,17
Ryžių pomidorinė sriuba(augalinis)(tausojantis)	1-3/33AT	200	2,10	3,48	20,29	120,88
Grietinė(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
2.Plovas su daržovėmis (brokoliai, paprika, morkytės)(augalinis)(tausojantis)	AAP544	120/80	8,98	9,40	51,36	325,96
Parauginti agurkai/raugintų kopūstų salotos(augalinis)(sezoniškumas)	2-1/17A	100	0,80	0,20	2,30	14,20
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisia	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		14,23	16,63	99,26	603,63

Tvirtinu: VšĮ "Dvylika žinių"

Direktorius
Juras Kavaliauskas



Vilniaus Joachimo Lelevelio
inžinerijos gimnazijos direktorė
Beata Petkevič-Viniarska



3 savaitė antradienis

Pietūs 11.00-11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Burokėlių sriuba (augalinis)(tausojantis)	1-3/39AT	150	1,45	3,16	10,85	77,64
Grietinė(7)	P14	10	0,24	3,00	0,32	29,24
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
1.Kieto grūdo makaronai su kiauliena	10-5/106T	160/40	15,65	15,21	43,31	372,73
Agurkai /pomidorai(augalinis)	2-1/17A	40/40	0,32	0,08	0,92	5,68
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		19,77	22,00	80,40	598,68
Burokėlių sriuba (augalinis)(tausojantis)	1-3/39AT	150	1,45	3,16	10,85	77,64
Grietinė(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
2.Lazanija su daržovėmis(tausojantis)(1,7)	AAP631/2	200	16,21	19,83	54,14	459,87
Agurkai /pomidorai(augalinis)	2-1/17A	40/40	0,32	0,08	0,92	5,68
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
Viso	VISO		20,33	26,62	91,22	685,78

Tvirtinu: VšĮ "Dvylika žirnių"

VšĮ „Dvylika žirnių“
Direktorius
Linas Kavaliauskas**3 savaitė trečiadienis**
Pietūs 11.00-11.30Vilniaus Joachimo Lelevelio
inžinerijos gimnazijos direktorė
Beata Petkevič-Viniarska

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Raugintų ir šviežių kopūstų sriuba su morkomis(augalinis) (tausojantis)	1-3/26AT	150	1,03	3,11	7,49	62,07
Grietinė(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
1.Traški vištienas(1,3,7)(tausojantis)	AAP628/2	70	15,61	14,56	10,31	234,72
Ryžiai su ciberžole(tausojantis)	GGA83	100	2,35	2,33	25,35	131,77
Morkytės fri(augalinis)	2-2/25A	90	1,17	9,22	10,20	128,46
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,80	0,30	13,90	61,50
	VISO		22,55	32,77	78,66	699,77
Raugintų ir šviežių kopūstų sriuba su morkomis(augalinis) (tausojantis)	1-3/26AT	150	1,03	3,11	7,49	62,07
Grietinė(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
2.Avinžirnių, žirnelių, pomidorų troškinys(augalinis, tausojantis)	AAP498	120	10,22	4,32	26,43	185,48
Ryžiai su ciberžole(tausojantis)	GGA83	100	2,35	2,33	25,35	131,77
Morkytės fri(augalinis)	2-2/25A	90	1,17	9,22	10,20	128,46
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,80	0,30	13,90	61,50
	Viso		17,16	22,53	94,78	650,53

Tvirtinu: VšĮ "Dvylika žirnių"

VšĮ "Dvylika žirnių"
Direktorius

Jonas Kavaliauskas

3 savaitė ketvirtadienis
Pietūs 11.00-11.30Vilniaus Joachimo Lelevelio
inžinerijos gimnazijos direktorė
Beata Petkevič-Viniarska

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Žirnių sriuba su morkomis(augalinis)(tausojantis)	1-3/24AT	150	6,39	6,39	21,24	168,03
Grietinė(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
2.Pieniškos dešrelės'Tigriukas'	AAP615/2	100	14,00	22,80	0,00	261,20
Bulvių košė(7)	4-3/64T	100	2,05	6,18	15,02	123,90
Kopūstų, agurkų ir kriaušių salotos(augalinis)	2-2/8A	110	1,18	6,21	5,89	84,17
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		25,97	45,13	67,46	779,89
Žirnių sriuba su morkomis(augalinis)(tausojantis)	1-3/24AT	150	6,39	6,39	21,24	168,03
Grietinė(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
2.Lietiniai su bananais	AAP417/2	150	8,30	9,00	48,24	307,16
Trintos uogos(augalinis)	P15	10	0,06	0,05	1,21	5,53
Grietinė 30%(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		17,34	21,99	96,31	652,51

Tvirtinu: VšĮ "Dvylika žirnių"

VšĮ „Dvylika žirnių“
Direktorius
Juras Kavaliauskas

3 savaitė penktadienis

Pietūs 11.00-11.30

Vilniaus Joachimo Lelevelio
inžinerijos gimnazijos direktorė
Beata Petkevič-Viniarska

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis ir morkomis(augalinis)(tausojantis)	1-3/25AT	150	1,78	3,16	11,27	80,64
Grietinė(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
2.Fich(žuvis tešloje)&chips(1,3,4,7)(tausojantis)	AAP602/2	70	12,23	4,34	10,43	129,70
Keptos orkaitėje bulvitės Fri	AAP598/2	100	2,46	4,16	22,27	136,36
Pomidorai(augalinis)	2-2/6A	100	1,00	0,20	4,10	22,20
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187/2	100	1,52	0,60	27,80	122,68
	VISO		20,58	15,71	87,28	572,83
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis ir morkomis(augalinis)(tausojantis)	1-3/25AT	150	1,78	3,16	11,27	80,64
Grietinė(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
2.Keptos daržovės(augalinis, tausojantis)	AAP238	150	3,48	6,66	10,87	117,34
Keptos orkaitėje bulvitės Fri	AAP598/2	100	2,46	4,16	22,27	136,36
Pomidoras (augalinis)	2-1/6A	100	1,00	0,20	4,10	22,20
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		11,07	17,73	73,82	499,13