



VŠĮ Dvylika žirnių
15 dienų PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS
Vilniaus Joachimo Lelevelio inžinerijos gimnazija
iki 6 metų vaikams

1

Tvirtinu: VŠĮ "Dvylika žirnių"

VŠĮ „Dvylika žirnių“
Direktorius
Juras Kavaliauskas

Tvirtinu:

Vilniaus Joachimo Lelevelio
inžinerijos gimnazijos direktorė
Beata Petkevič-Viniarska

1 savaitė pirmadienis

Pusryčiai 8-9 val

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
5 grūdų košė su pienu ir sviestu(tausojantis)	3-3/33T	200	4,74	3,02	26,00	155,20
Sumuštinis su sūriu(1,7)	4už	20/5/10	2,90	3,60	4,80	62,75
Šviežias agurkas(augalinis)	S44	20	0,20	0,05	0,60	2,80
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			7,84	6,67	31,44	220,76

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	120	17,78	13,06	16,34	254,02
Trintos uogos(augalinis)	P15	10	0,06	0,05	1,21	5,53
Grietinė 30%(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,2
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
Vasiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
VISO			26,51	24,33	74,47	623,09

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
2.Kieto grūdo makaronai su trintų pomidorų ir daržovių padažu(augalinis,tausojantis)(1)		150	2,44	2,06	17,13	98,81
Šviežių kopūstų salotos(augalinis)	2-1/5A	60	0,77	3,71	3,54	50,63
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisia	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
VISO			10,88	13,64	61,87	415,95

Vakarienė 14.30-15.30

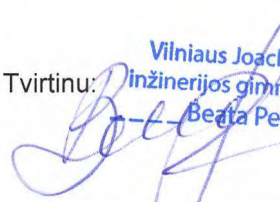
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Kieto grūdo makaronai su sūriu(1,7)(tausojantis)	84A	150/10	7,98	2,85	37,79	213,63
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			7,98	2,85	37,83	213,64
Viso						

1savaitė antradienis

Tvirtinu: VšĮ "Dvylika žirnių"
 Direktorius
 Juras Kavaliauskas



Tvirtinu: Vilniaus Joachimo Lelevello²
 inžinerijos gimnazijos direktorė
 Beata Petkevič-Viniarska


Pusryčiai 8.00-9.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Avižinių dribsnių košė(tausojantis)(7)	A98	200	6,65	5,70	32,42	207,50
Sumuštinis su sūriu(1,7)	4už	5/20/10	5,75	7,13	9,60	125,50
Šviežias agurkas(augalinis)	S44	20	0,20	0,05	0,60	2,80
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			12,60	12,88	42,66	335,81

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 plovass(tausojantis)	A3	75/75	17,24	23,10	19,37	354,34
Parauginti agurkai/raugintų kopūstų salotos(augalinis)(sezoniškumas)	2-1/17A	75	0,60	0,15	1,73	10,67
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
VISO			21,64	29,96	57,26	585,24
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 pievagrybių padažu(tausojantis)(1,3,7)	AAP645	150/20	4,92	14,03	54,12	362,43
Parauginti agurkai/raugintų kopūstų salotos(augalinis)(sezoniškumas)	2-1/17A	75	0,60	0,15	1,73	10,67
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	100	0,76	0,30	13,90	61,34
VISO			9,32	20,89	92,01	593,33

Vakarienė 14,30-15.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Keptos bulvės		150	3,69	6,25	33,41	201,30
Kefyras		150	4,80	3,75	5,85	76,50
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			8,49	10,00	39,30	277,81

Tvirtinu: VšĮ "Dvylika žinių"

Dėstytojas
Dėstytojas
DėstytojasDėstytojas
Dėstytojas
Dėstytojas

Pusryčiai 8.00-9.00

Tvirtinu:

Vilniaus Joachimo Lelevelio
inžinerijos gimnazijos direktorė
Beata Petkevič-Viniarska

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Virtas kiaušinis	8-3/60T	50	6,40	6,01	0,40	103,40
Duona viso grūdo(1)	Š1	20	1,50	0,30	10,30	43,40
Sumuštinis su sūriu(1,7)	4Š	5/20/10	5,75	7,13	9,60	125,50
Pomidorai (augalinis)	45 S	20	0,40	0,10	2,05	28,60
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			14,05	13,54	22,39	300,91

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
1.Pieniška dešrelė "Tigriukas"(tausijantis)		50	13,15	13,51	8,14	203,60
Bulvių košė(tausojantis)(7)		70	1,63	2,33	17,66	94,31
Morkytės fri(augalinis)	SAL17	90	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			19,62	24,88	62,16	544,07
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(cukinių, morkų)(augalinis,tausojantis)(1,7)	AAP648	120	7,97	16,47	9,47	217,99
Bulvių košė(7)		70	1,63	2,33	17,66	94,31
Morkytės fri(augalinis)	SAL17	90	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			15,15	28,11	76,75	616,77

Vakarienė 14.30-15.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Tiršta avižinių dribsnių kruopų košė(tausojantis)	3-3/33T	150	6,66	7,01	26,63	190,24
Trintos uogos(augalinis)	P15	10	0,06	0,05	1,21	4,30
Traputis		1/10g	1,20	0,33	7,82	37,70
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			7,92	7,39	35,70	232,25

Tvirtinu: VšĮ " Dvylika žirnių

Tvirtinu:

Vilniaus Joachimo Lelevelio
Inžinerijos gimnazijos direktorė
Beata Petkevič-Viniarska**Pusryčiai 8.00-9.00**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Tiršta miežinių kruopų košė(tausojantis)(7)	3-3/30T	200	5,62	3,00	37,20	199,95
Sumuštinis su sūriu(1,7)	4Š	5/20/10	5,75	7,10	9,60	125,50
Pomidorai (augalinis)	45 S	20	0,20	0,05	1,05	4,30
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			11,57	10,15	47,89	329,76

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 šlaunelėa (tausojantis)	34A	75	17,67	11,72	0,00	176,16
Grikių košė(tausojantis)	4-3/64T	70	2,93	0,72	16,11	82,64
Agurkai(augalinis)(pagal sezoniškumą)	2-1/6A	75	0,60	0,15	1,73	10,65
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		29,94	22,53	64,39	580,07
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	75	0,60	0,15	1,73	10,65
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	100	1,52	0,60	27,80	122,68
	VISO		16,56	26,80	97,44	697,18

Vakarienė 14.30-15.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Kapotos vištienos kepsneliai	7-3/60T	50	16,99	17,82	7,19	222,54
Pikantiškas padažas		10	0,13	2,00	1,23	22,85
Duona viso grūdo		20	1,30	0,22	10,46	47,44
Pomidorai	P14	50	0,50	0,10	2,05	8,50
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			18,92	20,14	20,97	301,34

Tvirtinu: VšĮ "Dvylika žirnių"

Pusryčiai 8.00-9.00

VšĮ „Dvylika žirnių“
Direktorius
Juras Kavaliauskas

Tvirtinu:

Vilniaus Joachimo Lelevelio
Inžinerijos gimnazijos direktorė
Beata Petkevič-Viniarska

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Grikių košė su sviestu(tausojantis)(7)	3-3/36AT	150	4,74	3,02	26,00	155,20
Pienas(7)		150	4,20	3,80	7,10	88,90
Sumuštinis su sūriu(1,7)	4už	5/20/10	2,90	3,60	4,80	62,75
Šviežias agurkas(augalinis)	S44	20	0,20	0,05	0,60	2,80
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			12,04	10,47	38,54	309,66

Pietūs 11.00-11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Ryžių pieniška 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
1.Fich&chips(1,3,4,7)(tausojantis)		50	8,73	3,10	7,45	89,67
Ryžiai su cibėržole(tausojantis)		75	1,84	3,13	16,70	100,65
Morkų salotos su saulėgrąžomis(augalinis)	2-4/63A	75	1,23	5,76	8,41	90,40
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		17,94	16,76	70,74	500,93
Ryžių pieniška 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.Pica "Margarita"(1,7)	IVR178	150	14,43	11,35	56,35	385,27
Morkos(augalinis)	SAL27	75	0,75	0,15	6,53	30,47
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		21,32	16,27	101,06	635,95

Vakarienė 14.30-15.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Virta dešrelė(1,3,7)		50	7,00	11,40	0,00	128,50
Bulvių košė		50	1,07	3,18	6,97	60,49
Agurkai(augalinis)(pagal sezoniškumą)	2-1/6A	50	0,40	0,10	1,15	5,50
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			8,47	14,68	8,16	194,50

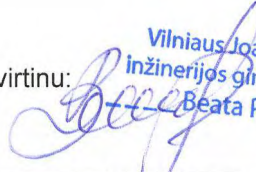
iki 6 metų vaikams

VšĮ „Dvylika žirnių“
 direktorius
 Juras Kavaliauskas



Tvirtinu:

Vilniaus Joachimo Lelevelio⁶
 Inžinerijos gimnazijos direktorė
 Beata Petkevič-Viniarska



Pusryčiai 8.00-9.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Avižinių dribsnių košė(tausojantis)(7)	A98	200	6,65	5,70	32,42	207,52
Sumuštinis su sūriu(1,7)	4Š	5/20/10	5,75	7,13	9,60	125,50
Pomidorai (augalinis)	45 S	20	0,20	0,05	1,05	4,30
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			12,60	12,83	42,06	333,03

Pietūs 11.00-11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	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
1.Švediški kukuliai padaže (tausojantis)(1,3,7)	10-3/62T	70/20	5,53	10,66	6,12	142,54
Bulvių košė(7)	6-3/60T	100	2,05	6,18	0,69	66,58
Šviežių kopūstų salotos(augalinis)	R 2-1/15	75	0,90	4,33	4,13	59,09
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
VISO			12,61	27,88	47,52	491,44
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.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
Šviežių kopūstų salotos(augalinis)	R 2-1/15	75	0,90	4,33	4,13	59,09
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
VISO			11,97	33,47	76,59	645,24

Vakarienė 14.30-15.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Bulviniai blynai(1,3)	A52	100	3,00	10,70	22,00	193,14
Grietinė(7)	P14	20	0,48	6,00	0,60	58,60
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			3,48	16,70	22,64	251,75

Tvirtinu: VšĮ "Dvylika žirnių"

VšĮ „Dvylika žirnių“
Direktorius
Juras Kavaliauskas

Tvirtinu:

Vilniaus Joachimo Lelevedžio
Inžinerijos gimnazijos direktorė
Beata Petkevič-Viniarska**Pusryčiai 8.00-9.00**

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Kvietinių dribsnių košė(tausojantis)(7)	A117	200	8,70	7,10	37,20	220,40
Sumuštinis su sūriu(1,7)	4Š	5/20/10	5,75	7,13	9,60	125,50
Šviežias agurkas	S44	20	0,20	0,05	0,60	2,80
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			14,65	14,28	47,44	348,71

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	0,31	29,20
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
1.Kepti varškėčiai(tausojantis)(1,3,7)	6-6/102	150	24,61	16,64	37,00	396,20
Grietinė(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
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			30,90	24,50	80,14	664,66
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	0,31	29,20
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
2.Daržovių ir lęšių troškiny(saugalinis) (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
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
VISO			20,58	41,41	64,00	675,24

Vakarienė 14.30-15.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Omletas su sūriu(3,7)		100				
Duona(1)	Š1	20	1,50	0,30	10,30	43,40
Agurkai/pomidorai(augalinis)		50				
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			1,50	0,30	10,34	43,41

Tvirtinu: VšĮ " Dvylika žirnių"
Pusryčiai 8.00-9.00

Tvirtinu:

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Manų košė(tausojantis)(7)	3-3/32T	200	6,70	4,43	37,10	214,53
Sumuštinis su sūriu(1,7)	4Š	5/20/10	5,75	7,13	9,60	125,50
Šviežias agurkas(augalinis)	S44	20	0,20	0,05	0,60	2,80
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			12,65	11,61	47,34	342,84

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	20	1,30	0,22	10,46	49,02
1.Vištienos kepsnys (tausojantis)(1,3)	32A	50	12,06	14,15	7,67	206,27
Ryžiai su cibėržole(tausojantis)		70	1,72	2,91	15,59	93,87
Šviežių kopūstų, cukinijų ir morkų salotos su saulėgražų 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		19,21	29,89	63,90	599,89
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 saulėgražų 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

Vakarienė 14.30-15.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Lietiniai su kumpiu ir sūriu(1,3,7)	A76	100	11,32	13,73	24,48	263,64
Grietinė(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,40
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			11,56	16,73	24,83	293,05

2 savaitė ketvertadienis

VšĮ „Dvylika žirnių“
Direktorius
Jonas Kavaliauskasviniiaus Joachimo Lelevelio
inžinerijos gimnazijos direktorė
Beata Petkevičė-Šiniarska

Tvirtinu: VšĮ "Dvylika žirnių"

Tvirtinu:

Pusryčiai 8.00-9.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
5 grūdų košė su pienu ir sviestu(tausojantis)	A117	200	8,70	7,10	37,20	220,40
Sumuštinis su sūriu(1,7)	4Š	5/20/10	5,75	7,13	9,60	125,50
Šviežias agurkas	S44	20	0,20	0,05	0,60	2,80
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			14,65	14,28	47,44	348,71

Pietūs 11.00-11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Pupelių sriuba su morkomis (augalinis)(tausojančis)	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.Vištiesos kotletas Nuggets(1,3,7)	37A	75	11,81	10,80	13,45	198,24
Ryžiai su ciberžole (tausojančis)	Gar5	70	1,63	2,33	17,66	98,13
Parauginti agurkai(augalinis)	44S	75	0,60	0,15	1,73	10,67
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		20,70	24,64	74,71	603,40
Pupelių sriuba su morkomis (augalinis)(tausojančis)	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 (tausojančis)	Gar5	70	1,63	2,33	17,66	98,13
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		11,77	20,35	70,40	511,83

Vakarienė 14.30-15.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Virti varškėčiai su viso grūdo miltais(tausojantis)(1,3,7)	7-3/60T	120	16,33	7,82	33,29	267,15
Grietinė(7)	P14	20	0,48	6,00	0,62	58,80
Kakava	G1	200	4,28	6,82	9,95	123,23
Viso			21,09	20,64	43,86	449,18

2 savaitė penktadienis

Tvirtinu: VšĮ "Dvylika žirnių"

Pusryčiai 8.00-9.00VšĮ „Dvylika žirnių“
Direktorius
Juras Kavaliauskas

Tvirtinu:

Vilniaus Joachimo Lelevelio
Inžinerijos gimnazijos direktorė
Beata Petkevič-Viniarska

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Tiršta ryžių košė(tausojantis)(7)	3-3/30T	200	5,62	3,21	37,15	199,95
Sumuštinis su sūriu(1,7)	16 1/4	5/20/10	5,75	7,13	9,60	125,50
Pomidorai (augalinis)	45 S	20	0,20	0,05	1,05	4,30
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			11,57	10,39	47,84	329,76

Pietūs 11.00-11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	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	70/35	15,16	21,67	7,31	284,91
Birūs griekiai	3-3/33T	70	2,93	0,72	16,11	82,64
Agurkai(augalinis)(pagal sezoniškumą)	2-1/6A	75	0,60	0,15	1,73	10,65
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		25,35	29,51	59,65	605,57
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 sklindžiai(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		24,82	22,06	81,19	614,03

Vakarienė 14.30-15.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Močiutės blynėliai(1,3,7)	3-6/120	100	10,44	9,82	35,05	267,45
Trintos uogos(augalinis)	P15	10	0,06	0,05	1,21	4,30
Grietinė (7)	P14	10	0,20	3,00	0,31	29,20
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			10,70	12,87	43,40	298,86

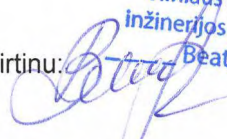
3 savaitė pirmadienis

VšĮ „Dvylika žirnių“
Direktorius
Juras Kavaliauskas



Vilniaus Joachimo Lelevelio
Inžinerijos gimnazijos direktorė
Beata Petkevič-Viniarska

Tvirtinu:



11

Pusryčiai 8.00-9.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Avižinių dribsnių košė(tausojantis)(7)	A98	200	6,65	5,70	32,42	207,52
Sumuštinis su sūriu(1,7)	4Š	5/20/10	5,75	7,13	9,60	125,50
Pomidorai (augalinis)	45 S	20	0,20	0,05	1,05	4,30
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			12,60	12,83	42,06	333,03

Pietūs 11.00-11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Ryžių pomidorinė sriuba(augalins)(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)	2AA	120	17,78	13,06	16,35	254,06
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		23,29	23,49	78,88	620,09
Ryžių pomidorinė sriuba(augalins)(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)	AAP443	150	8,98	9,40	51,36	325,96
Parauginti agurkai/raugintų kopūstų salotos(augalinis)(sezoniškumas)	2-1/17A	75	0,60	0,15	1,73	10,67
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisia	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		14,03	16,58	98,69	600,10

Vakarienė 14.30-15.30

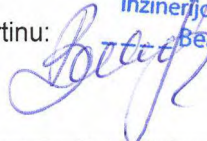
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Karšti sumuštiniai 2vnt	84A	60	10,74	15,67	16,72	253,11
Sezoniniai vaisiai	P14	50	0,35	0,15	6,05	24,00
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			11,09	15,82	22,81	277,12

3 savaitė antradienis

Tvirtinu: VšĮ "Dvylika žirnių"
 Direktorius
 Jūras Kavaliauskas



Tvirtinu: Vilniaus Joachimo Laisvelio
 inžinerijos gimnazijos direktorė
 Beata Petkevič-Viniarska



Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Virtas kiaušinis (3)	8-3/60T	50	6,40	6,01	0,40	103,40
Duona(1)	Š1	20	1,50	0,30	10,30	43,40
Sumuštinis su sūriu(1,7)	4už	5/20/10	5,75	7,13	9,60	125,50
Pomidorai (augalinis)	45 S	20	0,40	0,10	2,05	28,60
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			14,05	13,54	22,39	300,91

Pietūs 11.00-11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	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	0,31	29,20
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	80,39	598,64
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	150	12,16	14,87	40,60	344,87
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		16,28	21,66	77,68	570,78

Vakarienė 14.30-15.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Manų kruopų košė	7-3/60T	150	4,01	3,33	22,07	136,94
Traputis	P14	10	1,20	0,33	7,82	37,70
Arbata nesaldinta	171/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			5,21	3,66	29,93	174,65

3 savaitė trečiadienis

Tvirtinu: VšĮ "Dvylika žirnių"
 Direktorius
Pusryčiai 8.00-9.00 Juras Kavaliauskas



Vilniaus Joachimo Lelevičiaus
 inžinerijos gimnazijos direktorė
 Tvirtinu: Beata Petkevič-Viniarska

5 grūdų košė su pienu ir sviestu(tausojantis)	3-3/33T	200	4,74	3,02	26,00	155,20
Sumuštinis su sūriu(1,7)	4už	20/5/10	2,90	3,60	4,80	62,75
Šviežias agurkas(augalinis)	S44	20	0,20	0,05	0,60	2,80
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			7,84	6,67	31,44	220,76

Pietūs 11.00 -11.30

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	50	11,15	10,40	7,36	167,64
Ryžiai su ciberžole(tausojantis)	GGA82	70	1,63	2,33	17,66	98,13
Morkytės fri(augalinis)	2-1/25A	60	0,78	6,14	6,80	85,58
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,80	0,30	13,90	61,50
	VISO		16,98	25,53	64,62	556,17
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 troškinyas(augalinis, tausojantis)	AAP498	120	10,22	4,32	26,43	185,48
Ryžiai su ciberžole(tausojantis)	GGA82	70	1,63	2,33	17,66	98,13
Morkytės fri(augalinis)	2-1/25A	50	0,65	5,12	5,66	71,32
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,80	0,30	13,90	61,50
Viso	VISO		15,92	18,43	82,55	559,75

Vakarienė 14,30-15,30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Lietiniai su varške(1,3,7)(tausojantis)	3-3/33T	100	10,45	8,69	28,40	231,31
Trintos uogos(augalinis)	P15	10	4,30	0,05	1,21	4,30
Grietinė 30%(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,40
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			14,99	11,74	29,96	265,02

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

Tvirtinu: Beata Petkevič-Viniarska

Pusryčiai 8.00-9.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Ryžių košė su sviestu(tausojantis)(7)	3-3/36AT	200	5,10	4,35	54,84	219,81
Sumuštinis su sūriu(1,7)	16 1/4	5/20/10	5,75	7,13	9,60	105,50
Pomidorai (augalinis)	45 S	50	0,40	0,10	2,05	28,60
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			11,25	11,58	66,53	353,92

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(7)	P14	10	0,24	3,00	0,31	29,20
Duona(1)	Š1	20	1,30	0,22	10,46	49,02
1.Pieniška dešrelė "Tigriukas"(tausijantis)		50	13,15	13,51	8,14	203,60
Bulvių košė(tausojantis)(7)		70	1,63	2,33	17,66	94,31
Kopūstų, agurkų ir kriaušių salotos(augalinis)	2-1/8A	90	0,93	2,13	5,03	43,01
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
VISO			24,45	27,91	77,38	651,54
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(1,3,7)	AAP417	60/40	5,52	5,30	31,83	197,10
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			14,56	18,29	79,90	542,45

Vakarienė 14.30-15.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Bandelė su dešrele	A68	100	11,34	22,50	24,98	343,55
Vaisiai		50	0,76	0,30	13,90	56,00
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			12,10	22,80	38,92	399,56

3 savaitė penktadienis

Tvirtinu: VšĮ "Dvylika žirnių"
 direktorius
Juras Kavaliauskas

Vilniaus Joachimo Lelevelio
 Inžinerijos gimnazijos direktorė
 15
 Tvirtinu: *[Signature]*
Beata Petkevič-Viniarska

Pusryčiai 8.00-9.00

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Močiutės blynėliai(1,3,7)	3-6/120	100	10,44	9,82	35,05	267,45
Trintos uogos(augalinis)	P15	10	0,06	0,05	7,10	27,10
Grietinė (7)	P14	10	0,20	3,00	1,21	4,30
Arbata nesaldinta	17 1/2	200	0,00	0,00	0,04	0,01
Viso			10,70	12,87	43,40	298,86

Pietūs 11.00-11.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	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	50	8,73	3,10	7,45	92,62
Keptos orkaitėje bulvitės Fri	AAP616	75	1,84	3,13	16,70	102,33
Pomidorai(augalinis)	2-1/6A	75	0,75	0,15	3,08	16,67
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	100	1,52	0,60	27,80	122,68
	VISO		16,21	13,39	77,71	496,19
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	AAP616	75	1,84	3,13	16,70	102,33
Pomidoras (augalinis)	2-1/6A	75	0,75	0,15	3,08	16,67
Citrinų vanduo	IVR63	200	0,05	0,03	0,64	3,03
Vaisiai	IVR187	50	0,76	0,30	13,90	61,34
	VISO		10,20	16,65	67,23	459,57

Vakarienė 14.30-15.30

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga	Baltymai	Riebalai	Anglia- vandeniai	Kalorijos
Virti varškėčiai su viso grūdo miltais(tausojantis)(1,3,7)	7-3/60T	120	16,33	7,82	33,29	267,15
Grietinė(7)	P14	20	0,48	6,00	0,62	58,80
Kakava	G1	200	4,28	6,82	9,95	123,23
Viso			21,09	20,64	43,86	449,18