

## Jurbarko Naujamiesčio progimnazija

Kalninės g. 39, Jurbarkas, LT 74179

(įstaigos pavadinimas, adresas)

### 15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

6-10 m.

(amžiaus grupė)

[įstaigos darbo laikas

Nuo 08:00 iki 17:00 val.

**1 Savaitė, Pirmadienis**

**Pietūs 09:40 - 11:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis) (G)*	Sr009	150.00	2.07	0.99	16.68	84
Maltos jautienos troškiny su ryžiais (tausojantis)	12-5/101T	170.00	14.28	9.05	31.10	263
Kopūstų, morkų ir paprikų salotos (augalinis)	2-1/1AGPVVg 10N	50.00	0.48	1.63	3.12	29
Švieži agurkai (augalinis)	D001	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Stalo vanduo su apelsiniais	G009.2	200.00	0.08	0.02	1.10	5
Bananai (Augalinis)	V01	150.00	1.80	0.45	34.65	150
Grikių trapučiai (G)*	Tr1	100.00	12.50	3.10	70.30	359
Iš viso:			31.37	15.28	157.41	893
Iš viso (dienos davinio):			31.37	15.28	157.41	893

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai

Turite nu  
 Naujamiesčio  
 progimnazijos direktorė  
 Alma Uznė  
 2025-03-24

**1 Savaitė, Antradienis**

**Pietūs 09:40 - 11:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Daržovių (šaldytų daržovių mišinys) sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr010	150.00	1.50	0.90	7.43	44
Viso grūdo duona (G)*	D01	25.00	1.25	0.48	12.50	59
Orkaitėje kepta vištienos šlaunelių mėsa (koreguotos išėigos) (tausojantis)	10-8/156TGP 10NK	70.00	21.18	7.54	1.30	158
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	Virt001	150.00	3.11	0.15	28.37	127
Švieži agurkai (augalinis)	D001	50.00	0.40	0.10	1.16	7
Morkų salotos su saulėgrąžomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	S020	50.00	0.92	4.77	4.29	64
Stalo vanduo su citrinimos	G009.1	200.00	0.08	0.04	0.92	4
Obuoliai (augalinis)	V07	100.00	0.40	0.40	13.00	57
Mandarinais (augalinis)	V03	120.00	0.84	0.36	11.28	52
Iš viso:			29.68	14.74	80.25	572
Iš viso (dienos davinio):			29.68	14.74	80.25	572

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai

*Turitiuce*  
 Naujamiesčio  
 progimnazijos direktorė  
 Alma Uznė  
 2025-03-24

**1 Savaitė, Trečiadienis**

**Pietūs 09:40 - 11:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr005	150.00	1.19	0.83	7.59	43
Orkaitėje kepta vištienos file mėsa (koreguotos išėigos) (tausojantis)	10-8/156TGP 10NK02	80.00	28.41	5.01	1.48	165
Virtos grikių kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr013	150.00	6.30	1.55	34.65	178
Virtų burokėlių, obuolių ir morkų salotos su saulėgražų sėklomis (augalinis)	2-1/26A 10	50.00	1.39	3.57	5.63	60
Švieži pomidorai (augalinis)	D02	30.00	0.30	0.06	1.23	7
Stalo vanduo su agurkais	G009.4	200.00	0.08	0.02	0.24	1
Kriaušės (koreguotas)	V06	150.00	0.60	0.45	20.10	87
Traškioji duonelė Mario, ryžių 155 g ( <b>G</b> )*		155.00	13.64	1.24	127.10	574
Iš viso:			51.91	12.73	198.02	1114
Iš viso (dienos davinio):			51.91	12.73	198.02	1114

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai


*Tovitina*  
 Naujamiesčio  
 progimnazijos direktorė  
 Alma Uznė  
  
 2025-03-24

**1 Savaitė, Ketvirtadienis**

**Pietūs 09:40 - 11:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	Sr004	150.00	4.53	0.96	17.93	98
Viso grūdo duona (G)*	D01	20.00	1.00	0.38	10.00	47
Kiaulienos guliašas su morkomis (koreguotas) (tausojantis)	10-5/100TGP 10NK04	100.00	17.78	4.37	4.68	129
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	Virt001	160.00	3.31	0.16	30.26	136
Pekino kopūstų salotos su pomidorais, paprikomis, agurkais ir šalto sp. alyvuogių aliejumi (Augalinis)	S033	90.00	0.96	5.90	3.25	70
Bananai (Augalinis)	V01	80.00	0.96	0.24	18.48	80
Stalo vanduo su apelsiniais	G009.2	200.00	0.08	0.02	1.10	5
Apelsinai (Augalinis)	V02	100.00	0.80	0.20	11.00	49
Iš viso:			29.42	12.23	96.70	615
Iš viso (dienos davinio):			29.42	12.23	96.7	615

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai

*Toniū*  
 Naujamiesčio  
 progimnazijos direktorė  
 Alma Uznė  
  
 2025-03-24

**1 Savaitė, Penktadienis**

**Pietūs 09:40 - 11:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Rūgštynių sriuba (tausojantis) (augalinis) (G)*	Sr007	150.00	0.99	1.59	8.16	51
Viso grūdo duona (G)*	D01	20.00	1.00	0.38	10.00	47
Orkaitėje kepta menkė (tausojantis) (Ž)*	Menk01	100.00	18.71	5.66	0.04	126
Perlinis kuskusas (tausojantis) (augalinis) (G)*	Gr003	150.00	6.36	0.79	39.15	189
Morkų salotos su obuoliais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	S020K	50.00	0.42	4.86	4.21	62
Burokėlių ir raugintų agurkų salotos (augalinis)	2-1/6AGPPcVVg 10N	40.00	0.37	1.02	2.00	19
Stalo vanduo su citrinimos	G009.1	200.00	0.08	0.04	0.92	4
Vynuogės (augalinis)	V05	100.00	0.70	0.40	17.60	77
Iš viso:			28.63	14.74	82.08	576
Iš viso (dienos davinio):			28.63	14.74	82.08	576

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvys ir jų produktai

*Tomėna*  
 Naujamiesčio  
 progimnazijos direktorė  
 Alma Uznė  
 2025-03-24

**2 Savaitė, Pirmadienis**

**Pietūs 09:40 - 11:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr014	150.00	5.76	1.38	18.68	110
Plovas su vištiena (tausojantis)	P023	200.00	25.07	12.81	41.03	380
Virtų burokėlių, obuolių ir morkų salotos su saulėgražų sėklomis (augalinis)	2-1/26A 10	50.00	1.39	3.57	5.63	60
Švieži agurkai (augalinis)	D001	20.00	0.16	0.04	0.46	3
Stalo vanduo su agurkais	G009.4	200.00	0.08	0.02	0.24	1
Kriaušės (koreguotas)	V06	150.00	0.60	0.45	20.10	87
Ryžių trapučiai (augalinis) (G)*	Tr2	100.00	8.20	2.80	81.50	384
Iš viso:			41.26	21.07	167.64	1025
Iš viso (dienos davinio):			41.26	21.07	167.64	1025

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai

*Tontiu*  
 Naujamiesčio  
 progimnazijos direktori  
 Alma Uznė  
 2024-03-29

**2 Savaitė, Antradienis**

**Pietūs 09:40 - 11:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žaliųjų žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr016	150.00	3.03	1.17	11.55	69
Kiaulienos šnicelis (be kiaušinio) (G)*	12-8/3TP 10NK	100.00	11.77	15.97	21.77	278
Virtos grikių kruopos su kepintomis morkomis ir svogūnais (augalinis)	Gr025	150.00	5.73	4.11	32.09	188
Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)	2-3/62A 2	50.00	0.96	1.31	5.78	39
Švieži pomidorai (augalinis)	D02	40.00	0.40	0.08	1.64	9
Stalo vanduo su braškėmis	G009.3	200.00	0.10	0.04	0.98	5
Obuoliai (augalinis)	V07	100.00	0.40	0.40	13.00	57
Mandarinai (augalinis)	V03	120.00	0.84	0.36	11.28	52
Iš viso:			23.23	23.44	98.09	696
Iš viso (dienos davinio):			23.23	23.44	98.09	696

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai

*Teritina*  
 Naujamiesčio  
 progimnazijos direktorė  
 Alma Uznė  
 2025-03-24

**2 Savaitė, Trečiadienis**

**Pietūs 09:40 - 11:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr017	150.00	1.38	1.17	6.57	42
Viso grūdo duona (G)*	D01	15.00	0.75	0.29	7.50	36
Kiaulienos guliašas su morkomis (koreguotas) (tausojantis)	10-5/100TGP 10NK04	100.00	17.78	4.37	4.68	129
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	Virt001	150.00	3.11	0.15	28.37	127
Švieži agurkai (augalinis)	D001	40.00	0.32	0.08	0.93	6
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A 4	50.00	0.60	2.60	1.83	33
Vynuogės (augalinis)	V05	100.00	0.70	0.40	17.60	77
Stalo vanduo su agurkais	G009.4	200.00	0.08	0.02	0.24	1
Kriaušės (koreguotas)	V06	120.00	0.48	0.36	16.08	69
Iš viso:			25.20	9.44	83.80	521
Iš viso (dienos davinio):			25.2	9.44	83.8	521

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai

*Teritica*

Naujamiesčio  
progimnazijos direktorė  
Alma Uznė

2025-03-29

**2 Savaitė, Ketvirtadienis**

**Pietūs 09:40 - 11:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis) (G)*	Sr012	150.00	2.09	1.16	16.34	84
Viso grūdo duona (G)*	D01	15.00	0.75	0.29	7.50	36
Orkaitėje keptas vištienos maltinukas (be kiaušinio) (tausojantis) (G)*	P017K	70.00	17.38	3.31	7.07	128
Biri ryžių košė (tausojantis) (augalinis)	Garn01	140.00	4.40	4.38	38.23	210
Baltagūžių kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis (augalinis)	S005	70.00	0.95	3.68	4.48	55
Mandarinai (augalinis)	V03	100.00	0.70	0.30	9.40	43
Stalo vanduo su citrinimos	G009.1	200.00	0.08	0.04	0.92	4
Traškioji duonelė Mario, ryžių 155 g (G)*		155.00	13.64	1.24	127.10	574
Iš viso:			39.99	14.40	211.04	1134
Iš viso (dienos davinio):			39.99	14.4	211.04	1134

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai

*Tontina*  
 Naujamiesčio  
 progimnazijos direktorė  
 Alma Uznė  
 2025-03-28

**2 Savaitė, Penktadienis**

**Pietūs 09:40 - 11:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr015	150.00	5.00	1.28	16.50	98
Kepta su garais riebi žuvis (lašiša) su žolelėmis (Tausojantis) (Ž)*	9-7/145T 3	90.00	20.34	13.89	0.86	210
Perlinis kuskusas (tausojantis) (augalinis) (G)*	Gr003	150.00	6.36	0.79	39.15	189
Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)	2-3/62A 2	50.00	0.96	1.31	5.78	39
Šviežios paprikos (augalinis)	D03	30.00	0.40	0.16	1.98	11
Stalo vanduo su agurkais	G009.4	200.00	0.08	0.02	0.24	1
Apelsinai (Augalinis)	V02	130.00	1.04	0.26	14.30	64
Iš viso:			34.18	17.71	78.81	611
Iš viso (dienos davinio):			34.18	17.71	78.81	611

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai

*Tomina*  
 Naujamiesčio  
 progimnazijos direktori  
 Alma Uznė  
 2025-03-24

**3 Savaitė, Pirmadienis**

**Pietūs 09:40 - 11:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	Sr004	150.00	4.53	0.96	17.93	98
Švediški jautienos kukuliai be pieno (koreguotas mėsos kiekis) (tausojantis) (G)*	12-8/1T 10NK01	90.00	17.39	8.64	8.73	182
Virtos grikių kruopos su kepintomis morkomis ir svogūnais (augalinis)	Gr025	120.00	4.58	3.29	25.67	151
Baltagūžių kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis (augalinis)	S005	40.00	0.54	2.10	2.56	31
Švieži agurkai (augalinis)	D001	30.00	0.24	0.06	0.70	4
Stalo vanduo su apelsiniais	G009.2	200.00	0.08	0.02	1.10	5
Bananai (Augalinis)	V01	100.00	1.20	0.30	23.10	100
Apelsinai (Augalinis)	V02	100.00	0.80	0.20	11.00	49
Iš viso:			29.36	15.57	90.79	621
Iš viso (dienos davinio):			29.36	15.57	90.79	621

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai

*Tomšė*  
 Naujamiesčio  
 progimnazijos direktorė  
 Alma Uznė  
 2025-03-24

**3 Savaitė, Antradienis**

**Pietūs 09:40 - 11:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr005	150.00	1.19	0.83	7.59	43
Viso grūdo duona (G)*	D01	15.00	0.75	0.29	7.50	36
Orkaitėje keptas kalakutienos karbonadas (be kiaušinio)	10-8/176TGP10NK01	90.00	18.75	11.10	16.16	240
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	Virt001	160.00	3.31	0.16	30.26	136
Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)	2-3/62A 2	60.00	1.16	1.57	6.93	46
Švieži pomidorai (augalinis)	D02	25.00	0.25	0.05	1.03	6
Stalo vanduo su apelsiniais	G009.2	200.00	0.08	0.02	1.10	5
Mandarinai (augalinis)	V03	120.00	0.84	0.36	11.28	52
Grikių trapučiai (G)*	Tr1	100.00	12.50	3.10	70.30	359
Iš viso:			38.83	17.48	152.15	921
Iš viso (dienos davinio):			38.83	17.48	152.15	921

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai

*Turitiūn*  
 Naujamiesčio  
 progimnazijos direktorė  
 Alma Uznė  
 2023-03-24

**3 Savaitė, Trečiadienis**

**Pietūs 09:40 - 11:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ryžių kruopų sriuba su pomidorais (tausojantis) (augalinis)	Sr022	150.00	2.37	1.17	19.20	97
Orkaitėje keptas vištienos maltinukas (be kiaušinio) (tausojantis) (G)*	P017K	100.00	24.83	4.73	10.10	182
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais ( be sviesto) (augalinis) (tausojantis) (G)*	3-5/105AT1K	140.00	4.27	4.28	32.56	186
Burokėlių ir raugintų kopūstų salotos (augalinis)	2-1/7AGPPcVVg 10N	30.00	0.35	0.81	1.81	16
Kopūstų, paprikų, morkų ir žirnelių salotos su aliejumi (augalinis)	Sal01	50.00	0.93	4.04	4.59	58
Stalo vanduo su braškėmis	G009.3	200.00	0.10	0.04	0.98	5
Kriaušės (koreguotas)	V06	100.00	0.40	0.30	13.40	58
Vynuogės (augalinis)	V05	100.00	0.70	0.40	17.60	77
Iš viso:			33.95	15.77	100.24	679
Iš viso (dienos davinio):			33.95	15.77	100.24	679

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai

  
 Naujamiesčio  
 progimnazija  
 Alma Užnė  
 2025-03-24

**3 Savaitė, Ketvirtadienis**

**Pietūs 09:40 - 11:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis) (G)*	Sr012	150.00	2.09	1.16	16.34	84
Viso grūdo duona (G)*	D01	15.00	0.75	0.29	7.50	36
Kiaulienos kukuliai (be kiaušinio) (tausojantis) (G)*	11-7/139T 10K	80.00	13.65	1.37	6.07	91
Grikiai su morkomis ir cukinija (be sviesto) (tausojantis)	3-5/103TGVPc 10NK	120.00	2.85	9.67	15.26	159
Morkų salotos su obuoliais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	S020K	50.00	0.42	4.86	4.21	62
Šviežios paprikos (augalinis)	D03	20.00	0.26	0.10	1.32	7
Stalo vanduo su apelsiniais	G009.2	200.00	0.08	0.02	1.10	5
Vynuogės (augalinis)	V05	130.00	0.91	0.52	22.88	100
Traškioji duonelė Mario, ryžių 155 g (G)*		155.00	13.64	1.24	127.10	574
Iš viso:			34.65	19.23	201.78	1119
Iš viso (dienos davinio):			34.65	19.23	201.78	1119

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai

*Tomina*  
 Naujamiesčio  
 progimnazija  
 Alma Užnė  
 2025-05-24

**3 Savaitė, Penktadienis**

**Pietūs 09:40 - 11:00 val.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			Baltymai, g	Riebalai, g	Angliavandeniai, g	
Ukrainietiški barščiai (be grietinės) (tausojantis)	1-3/35TGV 10NK	150.00	1.73	1.21	9.38	55
Viso grūdo duona (G)*	D01	20.00	1.00	0.38	10.00	47
Žuvies kepsnys (be kiaušinio) (G, Ž)*	9-8/163T10SK	100.00	20.92	12.67	5.40	219
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	Virt001	160.00	3.31	0.16	30.26	136
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A 4	50.00	0.60	2.60	1.83	33
Švieži agurkai (augalinis)	D001	40.00	0.32	0.08	0.93	6
Stalo vanduo su agurkais	G009.4	200.00	0.08	0.02	0.24	1
Obuoliai (augalinis)	V07	120.00	0.48	0.48	15.60	69
Iš viso:			28.44	17.60	73.64	567
Iš viso (dienos davinio):			28.44	17.6	73.64	567

\* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai

*Turistinė*  
 Naujami  
 progimnazija  
 Alma Uznė  
 2025-03-24