

UAB „Danviga“

Direktorė
Džiuljeta Jonikienė

Tvirtina Viršuliškių mokyklos

Direktorė

2016-04-01

**VIRŠULIŠKIŲ MOKYKLOS
TRIJŲ SAVAIČIŲ 6-10 METŲ AMŽIAUS
VALGIARAŠTIS**

15 puslapių

UAB „Danviga“
1 savaitės Pirmadienis
6-10 metų amžiaus

Tvirtina Viršuliskų mokyklos direktorė



Patiekalo pavadinimas	Rp.nr.	Išeiga	Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeni ai g.	Energetinė vertė kcal.
Daržovių sriuba su kietagrūdžiais makaronais A T	1-3/38AT	150	3,73	5,10	20,73	143,79
Ryžių plovas su vištienos filė T	10-5/111T	90/90	23,15	10,47	28,94	302,63
Sezoninės daržovės A	18/25	70	0,28	0,28	9,10	40,80
Obuolys	18/20	50	0,2	0,2	6,5	34,32
Viso			27,40	16,09	65,27	521,54

Patiekalo pavadinimas	Rp.nr.	Išeiga	Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeni ai g.	Energetinė vertė kcal.
Daržovių sriuba su kietagrūdžiais makaronais A T	1-3/38AT	150	3,73	5,10	20,73	143,79
Orkaitėje kepti vištienos šlaunelių kepsneliai su morkomis T	10-8/163T	75	8,91	9,23	3,33	151,97
Biri grikių kruopų košė su saulėgrąžų aliejumi	NR 7AT	100	6,14	5,52	23,56	204,33
Kopūstų salotos su obuoliais su aliejaus padažu A	Nr. 4A	100	1,47	5,24	8,04	76,57
Obuolys	18/20	100	0,4	0,4	13	57,20
Viso			20,65	25,49	68,66	633,86

Patiekalo pavadinimas	Rp.nr.	Išeiga	Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeni ai g.	Energetinė vertė kcal.
Daržovių sriuba su kietagrūdžiais makaronais A T	1-3/38AT	150	3,73	5,10	20,73	143,79
Viso grūdo miltų, varškė 9% blynėliai	7-6/100	150	19,29	19,99	24,12	353,54
Grietinė 30%	NR 17	30	0,48	6	0,68	58,60
Morkų lazdelės A	Nr 230	100	0,8	0,8	8,32	37,20
Obuoliai	18/20	100	0,4	0,4	13	57,20
Viso			24,73	32,29	66,85	650,33

Patiekalo pavadinimas	Rp.nr.	Išeiga	Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeni ai g.	Energetinė vertė kcal.
Daržovių sriuba su kietagrūdžiais makaronais A T	1-3/38AT	150	3,73	5,10	20,73	143,79
Brokolių ir pupelių troškinys su ryžiais „Good vegan“	Nr. 22	300	15	18,05	27,04	299,31
Virtų burokėlių salotos su žirneliais, agurku su alyvuogių aliejumi A	2-3/60A	100	3,47	7,25	13,07	131,25
Obuolys	18/20	100	0,4	0,4	13	57,20
Viso			22,60	30,80	73,84	631,55

T- Tausojantis A-Augalinis

UAB „Danviga“
1 savaitės Antradienis
6-10 metų amžiaus

Tvirtina Viršuliškių mokyklos direktorė

2026 04 01

Patiekalo pavadinimas	Rp.nr.	Išeiga	Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeni ai g.	Energetinė vertė kcal.
Pomidorinė sriuba su nešlifuoti ryžiais A T	1- 3/33AT	150	1,15	3,7	14,72	95,18
Grietinė 30%	Nr17	10	0,24	3	0,31	29,30
Orkaitėje keptas kiaulienos kukulis su linų sėlenomis, tarkuotu obuoliu T	11- 8/160T	70	13,48	4,89	4	113,98
Virti kietagrūdžiai makaronai su tyru alyvuogių aliejumi T	6- 3/61T	70	3,23	1,38	17,19	94,22
Šviežių daržovių salotos su saulėgražomis, aliejaus padažu A	Nr8	70	2,28	10,15	6,73	121,72
Apelsinas	18/20	100	1,0	0,1	12	47,0
Ruginė duona	Nr 1	30	1,13	0,23	6,42	64,58
	Viso		22,51	23,45	61,37	565,98

Patiekalo pavadinimas	Rp.nr.	Išeiga	Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeni ai g.	Energetinė vertė kcal.
Pomidorinė sriuba su nešlifuoti ryžiais A T	1- 3/33AT	150	1,15	3,7	14,72	95,18
Grietinė 30%	Nr17	10	0,24	3	0,31	29,30
Maltas kiaulienos kepalukas T	Nr 20	75	13,53	6,42	12,15	40,54
Šviežių kopūstų, morkų salotos su aliejaus padažu A	2- 1/19A	70	1,14	9,71	4,32	76,65
Daržovių asorti A	2- 1/11A	50	1,52	1,75	4,38	35,34
Birios grikių kruopos su alyvuogių aliejumi A.T	7A	50	3,07	2,75	10,77	102,37
Obuolys		120	0,48	0,48	15,60	68,64
	Viso		21,13	27,81	62,25	548,20

Patiekalo pavadinimas	Rp.nr.	Išeiga	Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeni ai g.	Energetinė vertė kcal.
Pomidorinė sriuba su nešlifuoti ryžiais A T	1- 3/33AT	150	1,15	3,7	14,72	95,18
Grietinė 30%	Nr17	10	0,24	3	0,31	29,30
Žuvies kepsnys jūros lydeka T	Nr. 38	75	14,51	5,99	4,05	130,27
Virti kietagrūdžiai makaronai su alyvuogių aliejumi T	6- 30/31T	70	3,23	1,38	17,19	94,22
Morkų kopūstų ir žirnelių salotos su aliejaus padažu	52A	90	1,56	5,54	6,62	82,54
Daržovių asorti A	2*1/11	50	1,52	1,75	4,38	35,34
Obuolys	18/20	100	0,4	0,4	13	57,42
	Viso		22,62	21,76	60,27	524,27

Patiekalo pavadinimas	Rp.nr.	Išeiga	Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeni ai g.	Energetinė vertė kcal.
Pomidorinė sriuba su nešlifuoti ryžiais A T	1- 3/33AT	150	1,15	3,7	14,72	95,18
Grietinė 30%	Nr17	10	0,24	3	0,31	29,30
Veganiškas plovos (nešlifuoti ryžiai) A T	3-5/102	300	16,40	7,47	41,91	292,47
Šviežių daržovių salotos su saulėgražomis, aliejaus padažu A	Nr 8	100	3,26	14,99	9,62	173,87
Kriaušė	18/20	100	4	0,4	13,4	57,42
	Viso		25,05	29,56	79,96	649,46

UAB „Danviga“
1 savaitės Trečiadienis
6-10 metų amžiaus

Tvirtina Vėrsuliškių mokyklos direktorė

2026-04-01

Patiekalo pavadinimas	Rp.nr.	Išeiąa	Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeni ai g.	Energetinė vertė kcal.
Pupelių sriuba su cukinija A T	1-30/35A T	150	4,89	4,18	19,67	135,87
Vištienos kukulis keptas garuose su sezamo sėklomis T	10-7/143	75	18,26	8,91	3,97	169,20
Bulvių košė su morkomis	NR 13	70	1,56	2,68	10,71	71,51
Šviežių kopūstų, morkų salotos su aliejaus padažu A	2/19A	70	1,14	9,71	4,32	76,65
Obuolys	18/20	100	0,4	0,4	13	57,42
	Viso		24,69	25,88	51,67	510,65

Patiekalo pavadinimas	Rp.nr.	Išeiąa	Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeni ai g.	Energetinė vertė kcal.
Pupelių sriuba su cukinija A T	1-30/35T	150	4,89	4,18	19,67	135,87
Netikras vištienos filė zuikis T	NR 10-8/157	100	15,47	7,16	3,18	138,99
Kopūstų salotos su obuoliais aliejaus padažu su saulėgrąžų aliejumi A	Nr 3	70	0,7	6,75	6,03	82,56
Birios perlinės kruopos su saulėgrąžų aliejumi A,T	Nr 6	50	3,03	1,92	19,02	98,63
Morkų lazdelės	230	50	0,4	0,4	4,16	18,60
Obuolys	18/20	150	0,6	0,6	19,5	85,80
	Viso		25,09	21,01	71,56	560,45

Patiekalo pavadinimas	Rp.nr.	Išeiąa	Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeni ai g.	Energetinė vertė kcal.
Pupelių sriuba su cukinija A T	1-30/35T	150	4,89	4,18	19,67	135,87
Traškūs vištienos gabalėliai (kukurūzų miltai) T	NR 35	80	16,54	12,52	8,56	211,43
Bulvių košė su morkomis A T	Nr 13	50	1,11	1,92	7,65	51,08
Raugintų kopūstų salotos su aliejumi A	2-1/17A	100	0,9	6,4	5,98	85,08
Obuolys	18/20	100	0,4	0,4	13	57,42
	Viso		23,84	25,62	54,76	540,88

Patiekalo pavadinimas	Rp.nr.	Išeiąa	Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeni ai g.	Energetinė vertė kcal.
Pupelių sriuba su cukinija A T	1-30/35T	150	4,89	4,18	19,67	135,87
Orkaitėje kepti grikių, daržovių maltinukai A T	N- 26	150	7,19	5,85	37,01	225,42
Kepti pievagrybiai	Nr. 9	40	1,25	10,32	3,74	98,15
Morkų, kopūstų ir žirnelių salotos su aliejaus padažu A	52A	90	1,56	5,54	6,62	82,54
Kriaušė	18/20	150	6	0,6	20,1	88,50
	Viso		20,98	26,49	87,05	630,48

T- Tausojantis

A-Augalinis

UAB „Danviga“
1 savaitės Ketvirtadienis
6-10 metų amžiaus

Tvirtina Vėrsuliškių mokyklos direktorė

2016-04-01

Patiekalo pavadinimas	Rp.nr.	Išeiga	Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeni ai g.	Energetinė vertė kcal.
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir grietine 30% A.T	1-3/41 AT	150/10	2.15	4.99	14.38	125.18
Kiaulienos kukulis su rausvu padažu (kumpinė) T	11- 7/139T	75/20	13,63	9,08	7,36	165,52
Kuskuso kruopos su alyvuogių aliejumi T	3/3- 9AT	70	4,07	2,04	23,71	129,49
Morkų, obuolių, kopūstų salotos su aliejaus padažu	2- 1/20A	75	0,6,	4,59	3,93	60,01
Obuolys	18/20	150	0,6	0,6	19,5	85,80
Viso			21.08	21.30	68.88	566.0

Patiekalo pavadinimas	Rp.nr.	Išeiga	Baltym ai g.	Riebalai g.	Angliavandeni ai g.	Energetinė vertė kcal.
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir grietine 30% A.T	1-3/41 AT	150/10	2.15	4.99	14.38	125.18
Apkeptas natūralus kiaulienos kumpinės kotletas su sūriu T	Nr 23	70/5	20,76	15,22	2,26	226,54
Birios grikių kruopos su saulėgrąžų aliejumi A T	Nr7AT	50	3,07	2,76	11,78	102,33
Daržovių asorti- sezoninės daržovės	18/25	80	0,26	0,4	8,32	36,61
Obuolys	18/20	100	0,4	0,4	13	57,20
Viso			28,03	23,24	46,05	519,72

Patiekalo pavadinimas	Rp.nr.	Išeiga	Baltym ai g.	Riebalai g.	Angliavandeni ai g.	Energetinė vertė kcal.
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir grietine 30% A.T	1-3/41 AT	150/10	2.15	4.99	14.38	125.18
Kiaulienos kumpinės šašlykas	N-21	50/15/15	11.92	24.67	6.60	291.91
Perlinės kruopos su alyvuogių aliejumi A T	N-57	50	3.04	2.40	16.65	98.64
Morkų lazdelės A	NR 230	100	0.8	0.8	8.32	37.20
Kriaušė	18/20	50	2.0	0,2	6.7	29.50
Viso			20,01	33.06	52.65	582.43

Patiekalo pavadinimas	Rp.nr.	Išeiga	Baltym ai g.	Riebalai g.	Angliavandeni ai g.	Energetinė vertė kcal.
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir grietine 30% A.T	1-3/41 AT	150/10	2.15	4.99	14.38	125.18
Viso grūdo makaronų troškiny su daržovėmis ir lęšių padažu A T	Nr-5	300	24.80	11.78	105.94	628.87
Obuolys	18/20	120	0,48	0,48	15,60	68,64
Viso			27.43	17.25	135.92	822.69

T- Tausojantis
A-Augalinis

UAB „Danviga“
1 savaitės Penktadienis
6-10 metų amžiaus

Tvirtina Viršuliškių mokyklos direktorė

2016-04-01

Patiekalo pavadinimas	Rp.nr.	Išeiga	Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeni ai g.	Energetinė vertė kcal.
Pieniška miežinių kruopų sriuba 2,5% A T	1-3/32T	150	3,54	4,46	10,69	97,04
Menkės kukulaitis keptas garuose T	9-70/141 T	80	12,42	5,55	4,04	115,73
Biri perlinių kruopų košė su saulėgrąžų aliejumi A T	Nr 5	50	3,04	2,40	16,65	98,64
Šviežių daržovių salotos su saulėgrąžomis su alyvuogių aliejumi A	Nr 8	70	2,28	10,15	6,73	121,72
Obuolys	18/20	120	0,48	0,48	15,60	68,64
Morkų lazdelės	230	50	0,4	0,4	4,16	18,60
Viso			22,16	23,44	57,87	520,37

Patiekalo pavadinimas	Rp.nr.	Išeiga	Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeni ai g.	Energetinė vertė kcal.
Pieniška miežinių kruopų sriuba 2,5% A T	1-3/32T	150	3,54	4,46	10,69	97,04
Orkaitėje kepti kukurūziniai varškėčiai 9% varškė T	7-8/168	100	15,33	9,36	15,50	208,56
Grietinė 30%	NR 17	20	0,48	6	0,62	58,6
Morkų lazdelės A	N-230	120	0,96	2,88	9,99	47,64
Kriaušė	18/20	150	6	0,6	20,1	88,50
Viso			26,31	23,30	56,86	500,34

Patiekalo pavadinimas	Rp.nr.	Išeiga	Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeni ai g.	Energetinė vertė kcal.
Pieniška miežinių kruopų sriuba 2,5% A T	1-3/32T	150	3,54	4,46	10,69	97,04
Kepti jūros lydekos paplotėliai T	9-8/163	150	26,55	7,17	3,05	183
Morkų obuolių kopūstų salotos su alyvuogių aliejumi A	2-1/20	100	0,84	6,12	5,24	79,48
Ruginė duona	NR 1	40	1,51	0,31	8,56	81,11
Apelsinas	18/20	150	3	0,3	24	141
Viso			35,44	18,36	51,54	581,63

Patiekalo pavadinimas	Rp.nr.	Išeiga	Baltymai g.	Riebalai g.	Angliavandeni ai g.	Energetinė vertė kcal.
Pieniška miežinių kruopų sriuba 2,5% A T	1-3/32T	150	3,54	4,46	10,69	97,04
Žirnių troškiny su bulvėmis (Lietuviškas) A T	NR 15AT	300	10,28	3,21	29,28	189,10
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis, marinuotu agurku, alyvuogių aliejumi A	2-30/60A	150	5,73	11,24	21,14	210,31
Kriaušė	18/20	150	6	0,6	20,1	88,50
Viso			25,55	19,51	81,11	584,95

T- Tausojantis A-Augalinis