

UAB“NIKLITA“

Vilniaus Žiburio pradinė mokykla

Mokamas maitinimas(švediško stalo principu)

PUSRYČIAI

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

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

6-10 m.

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Gamybos vadovė
Inga Sinicienė



Įstaigos darbo laikas

Nuo 8 iki 15 val.



Vilniaus "Žiburio" pradinė mokykla
2025 09 15
1 savaitė

Pirmadienis Pusryčiai 7:30 - 9:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliav.	Energetinė vertė, Kcal
Tiršta perlinių kruopų košė(tausojantis)alerg. 1,7	96A	200	7,87	3,36	38,56	206,95
Sezoniniai vaisiai		150	8,9	13,73	10,47	187,95
Arbata (be cukraus)	1Gér.	200	0	0,00	0	0
Viso:			16,77	13,73	49,03	394,9

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

1 savaitė

Antradienis Pusryčiai 7:30 - 9:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliav.	Energetinė vertė, Kcal
Tiršta manų kruopų košė(tausojantis)alerg. 1,7	95A	200	3,54	7,07	37,85	251,6
Uogienė	19P	20	0,06	0	14,18	81,3
Sezoniniai vaisiai		150	8,9	13,73	10,47	187,95
Arbata (be cukraus)	1Gér.	200	0	0,00	0	0
Viso:			12,5	20,8	62,5	520,85

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

1 savaitė

Trečiadienis Pusryčiai 7:30 - 9:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliav.	Energetinė vertė, Kcal
Tiršta grikių kruopų košė(tausojantis)alerg. 7	97A	150	7,40	3,09	30,09	175,54
Grietinė 30%	17P	20	0,72	9	0,93	87,9
Arbata (be cukraus)	1Gér.	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai		90	0,36	0,36	11,7	51,48
Viso:			8,48	12,45	42,72	314,92

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO



Vilniaus "Žiburio" pradinė mokykla
2025 09 15
1 savaitė

Ketvirtadienis Pusryčiai 7:30 - 9:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Angliav.	Energetinė vertė, Kcal
Tiršta dribsnių(avižinių) kruopų košė(tausojantis)alerg.1,7	110A	200	9,85	9,83	35,13	259,40
Sezoniniai vaisiai		170	0,68	0,68	22,10	97,24
Arbata (be cukraus)	1Gėr.	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso:			10,53	10,51	57,23	356,64

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

1 savaitė

Penktadienis Pusryčiai 7:30 - 9:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Angliav.	Energetinė vertė, Kcal
Penkių grūdų dribsnių košė(tausojantis)alerg. 1,7	109A	150	5,88	5,90	24,00	175,50
Uogienė	17P	20	0,72	9	0,93	87,9
Sezoniniai vaisiai		90	0,36	0,36	11,7	51,48
Arbata (be cukraus)	1Gėr.	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso:			6,96	15,26	36,63	314,88

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO



Gamybos vadovė
Inga Sinicienė

Pirmadienis

Pusryčiai 7:30 - 9:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliav.	Energetinė vertė, Kcal
Miežinių dribsnių košė(tausojantis)alerg. 1,7	111A	150	5,88	5,63	25,16	172,20
Uogienė		20	0,06		14,18	54,20
Sezoniniai vaisiai		170	0,68	0,68	22,10	97,24
Arbata (be cukraus)	1Gér.	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso:			6,62	6,31	61,44	323,64

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

2 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 7:30 - 9:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliav.	Energetinė vertė, Kcal
Tiršta manų kruopų košė(tausojantis)alerg. 1,7	95A	200	3,54	7,07	37,85	251,6
Uogienė	19P	30	0,09		21,27	81,30
Sezoniniai vaisiai		90	0,36	0,36	11,7	51,48
Arbata (be cukraus)	1Gér.	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso:			3,99	7,43	70,82	384,38

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

2 savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 7:30 - 9:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliav.	Energetinė vertė, Kcal
Tiršta kukurūzų kruopų košė(tausojantis)alerg. 7	101A	200	7,90	3,07	49,36	260,63
Uogienė		30	0,09		21,27	81,30
Traškos morkytės		80	0,8	0,16	6,96	32,48
Arbata (be cukraus)	1Gér.	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso:			8,79	3,23	77,59	374,41

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO



Gamybos vadovė
Inga Siniciene

Vilniaus "Žiburio" pradinė mokykla
2025 09 15
2 savaitė

Ketvirtadienis Pusryčiai 7:30 - 9:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliav.	Energetinė vertė, Kcal
Tiršta grikių kruopų košė(tausojantis)alerg. 7	97A	150	7,40	3,09	30,09	175,54
Pienas (2,5%)		120	4,08	3,00	5,88	66,84
Sezoniniai vaisiai		120	0,48	0,48	15,6	68,64
Viso:			11,96	6,57	51,57	311,02

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

2 savaitė

Penktadienis Pusryčiai 7:30 - 9:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliav.	Energetinė vertė, Kcal
Penkių grūdų dribsnių košė(tausojantis)alerg. 1,7	109A	200	7,84	7,86	32,00	234,00
Uogienė	19P	30	0,09		21,27	81,30
Sezoniniai vaisiai		90	0,36	0,36	11,7	51,48
Arbata (be cukraus)	1Gér.	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso:			8,29	8,22	64,97	366,78

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO



Gamybos vadovė
Inga Sinicienė

Vilniaus "Žiburio" pradinė mokykla
2025 09 15
3 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 7:30 - 9:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Angliav.	Energetinė vertė, Kcal
Tiršta dribsnių(avižinių) kruopų košė(tausojantis)alerg. 1,7	110A	200	9,85	9,83	35,13	259,40
Uogienė	19P	30	0,09		21,27	81,30
Arbata (be cukraus)	1Gėr.	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso:			9,94	9,83	56,40	340,70

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

3 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 7:30 - 9:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Angliav.	Energetinė vertė, Kcal
Tiršta kukurūzų kruopų košė(tausojantis)alerg. 7	101A	200	7,90	3,07	49,36	260,63
Uogienė		30	0,09		21,27	81,30
Traškios morkytės		80	0,8	0,16	6,96	32,48
Arbata (be cukraus)	1Gėr.	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso:			8,79	3,23	77,59	374,41

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

3 savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 7:30 - 9:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Angliav.	Energetinė vertė, Kcal
Tiršta manų kruopų košė(tausojantis)alerg. 1,7	95A	200	3,54	7,07	37,85	251,6
Uogienė	19P	30	0,09		21,27	81,30
Arbata (be cukraus)	1Gėr.	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso:			3,63	7,07	59,12	332,9

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO



Gamybos vadovė
Inga Siniciene

Vilniaus "Žiburio" pradinė mokykla
2025 09 15
3 savaitė

Ketvirtadienis Pusryčiai 7:30 - 9:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliav.	Energetinė vertė, Kcal
Tiršta grikių kruopų košė(tausojantis)alerg. 7	97A	150	7,40	3,09	30,09	175,54
Grietinė 30%	17P	20	0,72	9	0,93	87,9
Sezoniniai vaisiai		120	0,48	0,48	15,60	68,64
Arbata (be cukraus)	1Gér.	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso:			8,60	12,57	46,62	332,08

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

3 savaitė

Penktadienis Pusryčiai 7:30 - 9:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliav.	Energetinė vertė, Kcal
Tiršta perlinių kruopų košė(tausojantis)alerg. 1,7	96A	200	7,87	3,36	38,56	206,95
Sezoniniai vaisiai		120	0,48	0,48	15,60	68,64
Arbata (be cukraus)	1Gér.	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso:			8,35	0,48	54,16	275,59

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO



Gamybos vadovė
Inga Sinicienė