GRIŠKABŪDŽIO GIMNAZIJA
Alyvų g. 4, LT- 71295, Griškabūdis, Šakių raj.

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

11+ metų vaikams

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7:00 iki 15:00 val.

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

Direktorius
Arūnas Šalnaitis

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

Tvirtinu
20260921
Direktorius
Arūnas Šalnaitis

1 savaitė - Pirmadienis
Nemokamas maitinimas

Pietūs 10:30-13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	**Rp. Nr.**	**Išeiga, g**	**Patiekalo maistinė vertė, g**			**Energinė vertė, kcal**
			baltymai, g	**riebalai, g**	**angliavandeniai, g**	
		11+ m.	**11+ m.**	**11+ m.**	**11+ m.**	**11+ m.**
Marinuotų agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	Sr2	150	1,68	3,20	11,51	78,73
Vištienos maltinis su fermentiniu sūriu 45% (tausojantis)	A71/1	200	60,46	31,40	2,68	532,20
Grietinėlės 36% ir sviesto 82% padažas	P11/2	30	0,61	16,50	1,99	162,90
Biri grikių košė (tausojantis)(augalinis)	G8	100	3,70	3,60	19,20	123,40
Paprikų, pomidorų, agurkų lėkštelė (agualinis)	S12	100	1,10	0,35	4,91	27,15
Kopūstų, morkų ir paprikų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	S18	110	1,06	3,59	6,84	63,92
Vanduo/Nesaldinta arbata	Gėr3	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai	3	70	0,30	0,30	9,10	40,00
		Iš viso:	**68,91**	**58,94**	**56,23**	**1028,30**

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

Direktorius
Arūnas Šalnaitis

1 savaitė - Antradienis
Nemokamas maitinimas

Pietūs 10:30-13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	**Rp. Nr.**	**Išeiga, g**	**Patiekalo maistinė vertė, g**			**Energinė vertė, kcal**
			baltymai, g	**riebalai, g**	**angliavandeniai, g**	
		11+ m.	**11+ m.**	**11+ m.**	**11+ m.**	**11+ m.**
Burokėlių sriuba su bulvėmis(tausojantis)(augalinis)	Sr13	150	1,41	3,13	10,40	72,75
Grietinė 30%	P7	20	0,5	6	0,6	58,0
Viso grūdo ruginė duona	6	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Kiaulienos kukuliai su rausvuoju padažu (tausojantis)	A36	200/40	34,24	26,96	20,76	465,12
Bulvių košė su krapais(pienas 2,5%, sviestas 82%) (tausojantis)	G11	100	1,75	3,74	17,09	107,82
Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau kaip 2 rūšys) (augalinis)		120	1,2	0,5	6	33,1
Morkų salotos su česnakais (Augalinis)	S6	50	0,53	4,8	5,23	64,17
Vanduo/ Nesaldinta arbata	Gėr3	150	0	0	0	0
Sezoniniai vaisiai	113	70	0,3	0,3	9,1	40,0
		Iš viso:	**41,41**	**45,75**	**77,71**	**884,00**

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

Tvirtinu
2026 09 21
Direktorius
Arūnas Šalnaitis

1 savaitė - Trečiadienis
Nemokamas maitinimas

Pietūs 10:30-13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai,g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		11+ m.	11+ m.	11+ m.	11+ m.	11+ m.
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr1	150	1,15	3,18	5,42	52,11
Grietinė 30%	P7	20	0,50	6,00	0,60	58,00
Viso grūdo ruginė duona	6	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Varškės 9% apkepas (tausojantis)	A14	300	44,88	31,00	49,20	660,24
Aviečių ir bananų tyrė su cukrumi (augalinis)	S20	80	0,91	0,37	16,16	71,68
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	P8	20-	0,90	0,50	0,90	11,90
Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau 2 rūšys)		70	0,70	0,30	3,50	19,30
Sezoniniai vaisiai	113	70	0,3	0,3	9,1	40,0
Vanduo/ nesaldinta arbata	Gėr3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
		Iš viso:	**50,82**	**41,97**	**93,41**	**956,27**

kiaulienos kotletas su suriu

grikiai
buroeliu salotos
bandele su cinamonu/varskw

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

Tvirtinu
2026 08 21
Direktorius
Arūnas Šalnaitis

1 savaitė - Ketvirtadienis

Nemokamas maitinimas

Pietūs 10:30-13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	**Rp. Nr.**	**Išeiga, g**	**Patiekalo maistinė vertė, g**			**Energinė vertė, kcal**
			baltymai, g	**riebalai, g**	**angliava n-deniai, g**	
		11+ m.	**11+ m.**	**11+ m.**	**11+ m.**	**11+ m.**
Pupelių sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	Sr11/1	150	3,64	3,29	14,60	93,57
Grietinė 30%	P7	20	0,50	6,00	0,60	58,00
Viso grūdo ruginė duona	6	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Kreminė vištiena su morkomis ir žaliaisiais žirneliais (tausojantis)	A38	200	32,69	19,80	5,71	377,90
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	G2	100	2,14	0,13	19,14	85,20
Salotos su pekininiu kopūstu, pomidorais ir majonezu (augalinis)	S26/1	100	1,42	3,63	4,62	54,34
Pjaustyti pomidorai (augalinis)	S13	50	0,50	0,10	2,10	11,10
Sezoniniai vaisiai		70	0,30	0,30	9,10	40,00
Vanduo/ Nesaldinta arbata	Gėr3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
		Iš viso:	**42,67**	**33,57**	**64,40**	**763,15**

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

Direktorius
Arūnas Šalnaitis
Tvirtinu
2026 09 21

1 savaitė - Penktadienis

Nemokamas maitinimas

Pietūs 10:30-13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		11+ m.	11+ m.	11+ m.	11+ m.	11+ m.
Miežinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	Sr22	150	1,49	6,16	10,73	104,35
Viso grūdo ruginė duona	6	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Lašišos file kepsnys (tausojantis)	A66	80	20,00	13,34	0,00	200,06
Biri ryžių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	G16	100	4,76	3,28	23,22	181,11
Burokėlių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	S28/2	50	0,51	2,32	4,05	36,48
Koncervuoti žalieji žirneliai(augalinis)	S36	50	2,50	0,10	8,00	32,00
Marinuotas agurkas (augalinis)	S31	50	0,20	0,50	3,90	21,00
Sezoniniai vaisiai	113	70	0,30	0,30	9,10	40,00
Vanduo/ nesaldinta arbata		150	0,04	0,02	0,00	0,00
		Iš viso:	**31,28**	**26,34**	**67,53**	**658,04**

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

Tvirtinu
2026 09 21
Direktorius
Arūnas Šalnaitis

2 savaitė - Pirmadienis
Nemokamas maitinimas

Pietūs 10:30- 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	**Rp. Nr.**	**Išeiga, g**	**Patiekalo maistinė vertė, g**			**Energinė vertė, kcal**
			baltymai, g	**riebalai, g**	**angliavandeniai, g**	
		11+ m.	**11+ m.**	**11+ m.**	**11+ m.**	**11+ m.**
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	Sr11	150	3,59	3,26	14,37	94,77
Grietinė 30%	P7	20	0,5	6	0,6	58,00
Viso grūdo ruginė duona	6	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	A1	150	37,18	35,4	17,1	450,85
Grietinėlės36% ir sviesto 82% padažas	P11/2	30	0,61	16,50	1,99	162,90
Virti makaronai (tausojantis) (augalinis)	G13	100	7,35	4,33	28,42	195,44
Kopūstų, morkų ir paprikų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	S18	110	1,06	3,59	6,84	63,92
Pjaustyti agurkai (augalinis)	S14	50	0,35	0	1,4	7,00
Sezoniniai vaisiai	113	70	0,3	0,3	9,1	40,0
Vanduo/ Nesaldinta arbata		150	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**52,42**	**69,7**	**88,35**	**1115,92**

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

Tvirtinu
2026 09 21
Direktorius
Arūnas Šalnaitis

2 savaitė - Antradienis
Nemokamas maitinimas

Pietūs 10:30-13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		11+ m.	11+ m.	11+ m.	11+ m.	11+ m.
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	Sr14	150	1,13	3,10	7,24	59,36
Grietinė 30%	P7	20	0,50	6,00	0,60	58,00
Viso grūdo ruginė duona	6	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Kiniška vištiena (tausojantis)	A71	180	31,40	10,81	33,69	357,65
Biri ryžių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	G16	100	4,76	3,28	23,22	181,11
Pjaustyti agurkai (augalinis)	S14	50	0,35	0,00	1,40	7,00
Salotos su pekininiu kopūstu. pomidorais ir majonezu (augalinis)	S26/1	100	1,42	3,63	4,62	54,34
Vanduo/ Nesaldinta arbata	Gėr3	150	0,0	0,0	0,0	0,00
Sezoniniai vaisiai	113	70	0,30	0,30	9,10	40,00
		Iš viso:	**41,34**	**27,44**	**88,40**	**800,50**

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

Tvirtinu
2026 09 21
Direktorius
Arūnas Šalnaitis

2 savaitė - Trečiadienis
Nemokamas maitinimas

Pietūs 10:30-13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	**Rp. Nr.**	**Išeiga, g**	**Patiekalo maistinė vertė, g**			**Energinė vertė, kcal**
			baltymai, g	**riebalai, g**	**angliavandeniai, g**	
		11+ m.	**11+ m.**	**11+ m.**	**11+ m.**	**11+ m.**
Burokėlių ir pomidorų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr18	150	1,10	2,96	7,17	60,39
Grietinė 30%	P7	20	0,50	6,00	0,60	58,00
Viso grūdo ruginė duona	6	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Kepti varškėčiai 9% be cukraus ir be glitimo (tausojantis)	A42	300	55,26	37,57	28,35	659,88
Braškių ir bananų tyrė su cukrumi (augalinis)	S20	60	0,40	0,19	7,87	33,02
Nesaldintas jogurtas 2,5%	P8	20	0,90	0,50	0,90	11,90
Sezoniniai vaisiai		70	0,70	0,30	3,50	19,30
Vanduo/Nesaldinta arbata	Gėr3	150	0,0	0,0	0,0	0,00
		Iš viso:	**60,34**	**47,84**	**56,92**	**885,53**

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

Tvirtinu
2026 08 21
Direktorius
Arūnas Šalnaitis

2 savaitė - Ketvirtadienis

Pietūs 10:30 - 13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	**Rp. Nr.**	**Išeiga, g**	**Patiekalo maistinė vertė, g**			**Energinė vertė, kcal**
			baltymai, g	**riebalai, g**	**angliavandeniai, g**	
		11+ m.	**11+ m.**	**11+ m.**	**11+ m.**	**11+ m.**
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis)(augalinis)	Sr19	150	1,37	3,16	10,81	74,01
Grietinė 30%	P7	20	0,50	6,0	0,6	58,0
Viso grūdo ruginė duona	6	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Troškinta kiauliena su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	A51	250	45,67	20,88	14,49	430,92
Birūs ryžiai su ciberžole (augalinis) (tausojantis)	G12	100	3,25	1,94	26,51	136,77
Salotos su pekininiu kopūstu, pomidorais ir majonezu (augalinis)	S26/1	100	1,27	3,60	3,79	52,74
Marinuotas agurkas (augalinis)	S31	50	0,20	0,50	3,90	21,00
Vanduo/Nesaldinta arbata	Gėr3	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai		70	0,3	0,3	9,1	40,0
		Iš viso:	**54,04**	**114,43**	**77,73**	**856,48**

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

Tvirtinu
2026 09 21
Direktorius
Arūnas Šalnaitis

2 savaitė - Penktadienis
Nemokamas maitinimas

Pietūs 10:30-13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		11+ m.	11+ m.	11+ m.	11+ m.	11+ m.
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	Sr4	150	2,05	3,96	10,01	80,08
Grietinė 30%	P7	20	0,50	6,00	0,60	58,00
Viso grūdo ruginė duona	6	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Žuvies kepsnys (Lydekos filė) (tausojantis)	A5	150	29,02	12,00	8,10	260,54
Grietinėlės 36% ir sviesto 82% padažas	P11/2	30	0,61	16,50	1,99	162,90
Perlinių kruopų rizotas (tausojantis)	G14	100	3,72	6,36	20,14	148,37
Paprikų, morkų ir agurkų lėkštelė (augalinis)	S12	100	1,1	0,4	4,9	27,20
Kopūstų salotos su burokėliais ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	S27	60	0,85	2,19	5,08	43,16
Vanduo/ Nesaldinta arbata	Gėr3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai	113	70	0,30	0,30	9,10	40,00
		Iš viso:	**41,68**	**51,99**	**78,46**	**943,37**

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

Tvirtinu
2026 08 21
Direktorius
Arūnas Šalnaitis

3 savaitė - Pirmadienis
Nemokamas maitinimas

Pietūs 10:30-13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	**Rp. Nr.**	**Išeiga, g**	**Patiekalo maistinė vertė, g**			**Energinė vertė, kcal**
			baltymai, g	**riebalai, g**	**angliavandeniai, g**	
		11+ m.	**11+ m.**	**11+ m.**	**11+ m.**	**11+ m.**
Marinuotų agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	Sr2	150	1,68	3,20	11,51	78,73
Grietinė 30%	P7	10	0,24	3,00	0,31	29,3
Viso grūdo ruginė duona	6	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Kepta vištienos filė (tausojantis)	A4	150	24,51	7,04	8,83	197,05
Biri grikių košė (tausojantis) (augalinis)	G8	100	5,33	4,49	34,24	197,75
Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau 2 rūšys)		120	1,2	0,50	6,00	33,10
Kopūstų, morkų ir paprikų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	S18	110	1,06	3,59	6,84	63,92
Vanduo/ Nesaldinta arbata	Gėr3	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	113	70	0,3	0,3	9,1	40,0
Iš viso:			**35,80**	**22,44**	**85,36**	**682,89**

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

Tvirtinu
2026 09 21
Direktorius
Arūnas Šalnaitis

3 savaitė - Antradienis
Nemokamas maitinimas

Pietūs 10:30-13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai, g	
		11+ m.	11+ m.	11+ m.	11+ m.	11+ m.
Lešių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr17	150	2,9	2,08	11,15	75,27
Grietinė 30%	P7	20	0,50	6,00	0,60	58,00
Viso grūdo ruginė duona	6	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Apkepti natūralūs kotletai su sūriu 45% (tausojantis)	A49	150	40,77	30,16	2,01	440,97
Grietinėlės36% ir sviesto 82% padažas	P11/2	30	0,61	16,50	1,99	162,90
Bulvių košė su krapais (pienas 2,5%, sviestas 82%) (tausojantis)	G11	100	1,75	3,74	17,09	107,82
Raugintų kopūstų salotos su morkomis (augalinis)	S2	100	1,00	6,10	5,70	107,50
Morkų salotos su česnaku (augalinis)	S6	50	0,53	4,79	5,09	63,11
Vanduo/ nesaldinta arbata	Gėr3	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai	113	70	0,30	0,30	9,10	40,00
Iš viso:			**49,86**	**69,99**	**61,26**	**1098,61**

jautienos befstrogenas

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

Direktorius
Arūnas Šalnaitis
2026 09 21

3 savaitė - Trečiadienis
Nemokamas maitinimas

Pietūs 10:30-13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		11+ m.	11+ m.	11+ m.	11+ m.	11+ m.
Ukrainietiški barščiai su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	Sr19	150	3,81	1,35	15,02	88,10
Viso grūdo ruginė duona	6	20	1,40	0,30	10,50	50,0
Bulvių plokštainis su paukštiena	A6	300	22,76	26,78	36,94	473,81
Grietinė 30%	P7	50	1,20	15,00	1,55	146,5
Pjaustyti agurkai (augalinis)	S14	50	0,35	0,00	1,40	7,00
Morkų lazdelės (augalinis)	S32	50	0,50	0,10	4,35	20,30
Vanduo/Nesaldinta arbata	Gėr3	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	113	70	0,3	0,3	9,1	40,0
Iš viso:			**30,32**	**43,83**	**78,86**	**825,7**

Tvirtinu
2026 09 21
Direktorius
Arūnas Šalnaitis

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

3 savaitė - Ketvirtadienis
Nemokamas maitinimas

Pietūs 10:30-13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliava n-deniai, g	
		11+ m.	11+ m.	11+ m.	11+ m.	11+ m.
Kreminė moliūgų sriuba su avinžirniais (augalinis) (tausojantis)	Sr33	150	1,92	8,09	25,28	84,77
Džiovinti batono kubeliai	32	25	1,70	3,80	10,30	82,20
Ryžių plovas su kiauliena (tausojantis)	A23	300	30,95	20,03	27,04	403,93
Raugintų kopūstų salotos su morkomis ir ypač tyru alyvuogių aliejumi(tausojantis)	S2	100	0,95	5,53	5,74	73,90
Marinuotas agurkas (augalinis)	S31	50	0,20	0,50	3,90	21,00
Vanduo/nesaldinta arbata	Gėr3	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai	113	70	0,30	0,30	9,10	40,00
Iš viso:			**36,02**	**38,25**	**81,36**	**705,80**

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

Tvirtinu
2026 09 21
Direktorius
Arūnas Šalnaitis

3 savaitė - Penktadienis
Nemokamas maitinimas

Pietūs 10:30-13:00 val.

Patiekalo pavadinimas	**Rp. Nr.**	**Išeiga, g**	**Patiekalo maistinė vertė, g**			**Energinė vertė, kcal**
			baltymai, g	**riebalai, g**	**angliava n-deniai, g**	
		11+ m.	**11+ m.**	**11+ m.**	**11+ m.**	**11+ m.**
Žuvienė su lašiša (tausojantis)	Sr29/1	150	8,11	15,77	11,84	221,73
Viso grūdo ruginė duona	6	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Varškės 9% apkepas (tausojantis)	A14	300	44,88	31,00	49,20	660,24
Braškių ir bananų tyrė (augalinis)	S16/1	60	0,54	0,23	10,44	43,20
Jogurtinė grietinė 10%	P7	20	0,7	2,0	0,84	24,0
Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšys)	S39	70	0,63	0,14	2,25	12,74
Vanduo/nesaldinta arbata	Gėr3	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	113	70	0,3	0,3	9,1	40,0
Iš viso:			**56,62**	**49,76**	**92,20**	**1044,95**