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

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

6 - 10 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
2026.09.21

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	
		6-10 m.	6-10 m.	6-10 m.	6-10 m.	6-10 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	100	30,23	15,70	1,34	266,10
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	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai		70	0,30	0,30	9,10	40,00
		Iš viso:	**38,68**	**43,24**	**54,89**	**762,20**

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

Direktorius
Arūnas Šalnaitis
Pritarta
2026 09 21

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**	
		6-10 m.	**6-10 m.**	**6-10 m.**	**6-10 m.**	**6-10 m.**
Burokėlių sriuba su bulvėmis(tausojantis)(augalinis)	Sr13	150	1,41	3,13	10,40	72,75
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
Kiaulienos kukuliai su rausvuoju padažu (tausojantis)	A36	100/20	17,12	13,48	10,36	232,56
Bulvių košė su krapais(pienas 2,5%, sviestas 82%) (tausojantis)	G11	70	1,52	2,32	11,18	71,69
Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau kaip 2 rūšys) (augalinis)		120	1,20	0,50	6,00	33,10
Morkų salotos su česnakais (Augalinis)	S6	50	0,53	4,8	5,23	64,17
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:	**24,06**	**30,85**	**61,40**	**615,31**

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	
		6-10 m.	6-10 m.	6-10 m.	6-10 m.	6-10 m.
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr1	150	1,15	3,18	5,42	52,11
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
Varškės 9 % apkepas (tausojantis)	A14	150	22,47	15,51	24,78	330,66
Aviečių ir bananų tyrė su cukrumi (augalinis)	S20	80	0,91	0,37	16,16	71,68
Nesaldintas jogurtas (2,5%)	P8	20	0,72	0,56	1,04	12,0
Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau 2 rūšys)		70	0,7	0,30	3,5	19,3
Sezoniniai vaisiai	113	70	0,3	0,3	9,1	40,0
Vanduo/ nesaldinta arbata	Gėr3	150	0	0	0	0
		Iš viso:	**28,2**	**26,5**	**69,1**	**626,8**

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	angliavanden-iai, g	
		6-10 m.	6-10 m.	6-10 m.	6-10 m.	6-10 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	150	22,74	15,82	4,51	251,26
Virtos bulvės (tausojantis)(augalinis)	G2	50	1,07	0,07	9,56	43,49
Salotos su pekininiu kopūstu, pomidorais ir majonezu (augalinis)	S26/1	100	1,27	3,60	3,79	52,74
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:	**31,50**	**29,50**	**52,79**	**593,20**

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

Tvirtinu
2026 09 21
Direktorius
Arūnas Šalnaitis

I 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	
		6-10 m.	6-10 m.	6-10 m.	6-10 m.	6-10 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 filė kepsnys (tausojantis)	A66	70	17,50	15,40	1,36	214,04
Biri ryžių kruopų košė (tausojantis)(augalinis)	G16	50	1,66	0,08	14,42	67,62
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	Gėr3	150	0,04	0,02	0,00	0,00
		Iš viso:	**25,68**	**25,20**	**60,09**	**558,53**

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	
		6-10 m.	6-10 m.	6-10 m.	6-10 m.	6-10 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	6,06	6	58,00
Viso grūdo ruginė duona	6	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	A1	100	26,88	18,21	8,55	305,7
Virti makaronai (tausojantis) (augalinis)	G13	70	4,12	2,78	25,38	142,98
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	15	150	0,0	0,0	0,0	0,0
		Iš viso:	**38,28**	**34,52**	**80,17**	**755,4**

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

Tvirtinu
2024 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	
		6-10 m.	6-10 m.	6-10 m.	6-10 m.	6-10 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	150	23,55	8,09	25,28	268,13
Biri ryžių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	G16	50	1,66	0,08	14,42	67,62
Pjaustyti agurkai (augalinis)	S14	50	0,35	0,00	1,40	7,00
Salotos su pekininiu kopūstu. pomidorais ir majonezu (augalinis)	S26	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:	**30,39**	**21,52**	**71,19**	**597,49**

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	
		6-10 m.	6-10 m.	6-10 m.	6-10 m.	6-10 m.
Burokėlių ir pomidorų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr18	150	1,10	2,96	7,17	60,39
Grietinė 30%	P7	20	5,00	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 (tausojntis)	A42	200	40,26	27,79	22,35	510,11
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	113	70	0,70	0,30	3,50	19,30
Vanduo/Nesaldinta arbata	Gėr3	150	0,0	0,0	0,0	0,00
		Iš viso:	**49,84**	**38,06**	**50,92**	**735,76**

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

Tvirtinu
2026 09 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	
		6-10 m.	6-10 m.	6-10 m.	6-10 m.	6-10 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	150	27,40	12,52	8,70	258,55
Birūs ryžiai su ciberžole (augalinis) (tausojantis)	G12	70	1,70	1,44	17,30	88,83
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	113	70	0,3	0,3	9,1	40,0
		Iš viso:	**34,2**	**27,8**	**62,7**	**636,2**

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**	
		6-10 m.	**6-10 m.**	**6-10 m.**	**6-10 m.**	**6-10 m.**
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	Sr4	150	2,05	3,96	10,01	80,08
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
Žuvies kepsnys (Lydekos filė) (tausojantis)	A5	100	19,35	7,99	5,40	173,69
Grietinėlės 36% ir sviesto 82% padažas	P11/2	30	0,61	16,50	1,99	162,90
Perlinių kruopų rizotas (tausojantis)	G14	80	3,13	5,01	16,69	124,36
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	0	0	0,0
Sezoniniai vaisiai	113	70	0,3	0,3	9,1	40,0
		Iš viso:	**31,42**	**46,63**	**72,31**	**832,51**

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

Tvirtinu
2026 09 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**	
		6-10 m.	**6-10 m.**	**6-10 m.**	**6-10 m.**	**6-10 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	29,30
Viso grūdo ruginė duona	6	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Kepta vištienos filė (tausojantis)	A4	100	18,38	5,28	6,62	147,79
Biri grikių košė (tausojantis)(augalinis)	G8	80	3,70	3,60	19,20	123,40
Sezoninių držovių rinkinys (ne mažiau 2 rūšys)		120	1,20	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	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai	113	70	0,30	0,30	9,10	40,00
Iš viso:			**28,04**	**19,79**	**68,11**	**559,28**

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**	**angliav an-deniai, g**	
Lešių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr17	150	2,9	2,08	11,15	75,27
Viso grūdo ruginė duona	6	20	1,48	0,32	8,53	43,04
Apkepti natūralūs kotletai su sūriu 45% (tausojantis)	A49	100	20,76	15,22	2,26	226,54
Bulvių košė su krapais (pienas 2,5%, sviestas 82%) (tausojantis)	G11	70	1,52	2,32	11,18	71,69
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	150	0,0	0,0	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai	113	70	0,3	0,3	9,1	40,00
Iš viso:			**28,5**	**31,1**	**53,01**	**627,15**

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

Tvirtinu
2026 08 21
Direktorius
Arūnas Šalnaitis

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	angliava n-deniai, g	
		6-10 m.	6-10 m.	6-10 m.	6-10 m.	6-10 m.
Ukrainietiški barščiai su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	Sr19	150	3,81	1,35	15,02	88,10
Viso grūdo ruginė duona		20	1,40	0,30	10,50	50,0
Bulvių plokštainis su paukštiena	A6	200	17,07	20,09	27,71	330,10
Grietinė 30%	P7	30	0,72	9,00	0,93	87,9
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:			**24,15**	**31,14**	**69,01**	**623,4**

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

Tvirtinu
2026 09 21
Direktorius
Arūnas Šalnaitis

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**	
		6-10 m.	**6-10 m.**	**6-10 m.**	**6-10 m.**	**6-10 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	200	17,99	9.80	33,86	291,19
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	0,0	0,0	0,0	0,0
Sezoniniai vaisiai	113	70	0,3	0,3	9,1	40,0
Iš viso:			**23,06**	**18,22**	**88,18**	**593,1**

Maitinimo organizavimo
specialistė
Giedrė Pivnickienė

Suderinta
2026 08 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.**	
		6-10 m.	**6-10 m.**	**6-10 m.**	**6-10 m.**	**6-10 m.**
Žuvienė su lašiša (tausojantis)	Sr29/1	150	8,11	15,77	11,84	221,73
Varškės 9 % apkepas (tausojantis)	A14	150	22,47	15,51	24,78	330,66
Braškių ir bananų tyrė (augalinis)	S16/1	60	0,54	0,23	10,44	43,20
Jogurtinė grietinė 10%	P7	20	0,68	2,00	0,84	24,00
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:			**32,73**	**33,95**	**59,25**	**672,33**