

1 savaitė – Pirmadienis

VIRTINU
 Plutės pirmosios gimnazijos
 direktorė
 Jolita Spircienė
 data 2025-08-29

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g 11 m. ir vyr.	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal 11 m. ir vyr.
			baltymai, g 11 m. ir vyr.	riebalai, g 11 m. ir vyr.	angliavandeniai, g 11 m. ir vyr.	
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-29	150	2,2	7,6	19,2	154,70
Pilno grūdo ruginė duona		40	2,36	2,96	13,60	92,79
Kapoti (malti) vištienos kepsneliai kepti orkaitėje (tausojantis)	9-251/1	50/50	21,8	13,1	6,3	230,8
Virti ryžiai su ciberžole(tausojantis) (augalinis)	GR002	100	4,5	0,8	34,7	148
Morkų lazdelės	D000	120	1,2	0,2	10,4	49
Kefyras 2,5 %		200	6,8	5,0	9,8	111
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Iš viso:			39,26	30,06	107	843,29
Iš viso (dienos davinio):			39,26	30,06	107	843,29

Dovilė Sūdžiūtė
 visuomenės sveikatos
 specialistė

TVIRTINU
 Šilutės pirmosios gimnazijos
 direktorė **Laima Spirgienė**
 Data **2025-08-29**

1 savaitė – Antradienis

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr015	150	3,2	2,2	12,5	82
Pilno grūdo ruginė duona		40	2,36	2,96	13,60	92,79
Virtų bulvių cepelinai su mėsos įdaru (tausojantis)	4-30/1	250	17,87	8,76	41,02	385,67
Grietinė 30%	P17	30	0,56	6,10	0,67	69,60
Burokėlių salotos	SALT 17	100	1,56	4,68	10,58	82,19
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Kefyras 2,5 %		200	6,8	5,0	9,8	111
Iš viso:			32,75	30,10	101,17	880,25
Iš viso (dienos davinio):			32,75	30,10	101,17	880,25

Dovilė Sūdžiūtė
 visuomenės sveikatos
 specialistė

1 savaitė – Trečiadienis

TVIRTINU
 Šilutės pirmosios gimnazijos
 direktorė *Direktorė*
Laima Spirgienė
 Data 2025-08-29

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Burokėlių - šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-33/2	150	1,73	14,59	10,20	179,04
Pilno grūdo ruginė duona		40	2,36	2,96	13,60	92,79
Kiaulienos maltinis (tausojantis)	K003	120	22,7	8,4	21,7	253
Biri grikių kruopų košė (augalinis)(tausojantis)	Gr07	100	6,13	5,51	33,55	204,65
Kopūstų-morkų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu	S001	100	1,4	4,0	6,2	66
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13	57
Geriamas vanduo		200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso:			34,72	35,86	98,25	852,48
Iš viso (dienos davinio):			34,72	35,86	98,25	852,48

Dovilė Sūdžigė
 visuomenės sveikatos
 specialistė

Dm-



1 savaitė – Ketvirtadienis

TVIRTINU	
Šilutės pirmosios gimnazijos	
direktorė	_____ Laima Spingienė
Data	2023-08-24

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Baltųjų pupelių sriuba, grietinė (tausojantis) (augalinis)	1-200/2	150	6,2	8,2	26,1	203,7
Pilno grūdo ruginė duona		40	2,36	2,96	13,60	92,79
Virtos dešrelės su troškintais raugintais kopūstais	13-272/1	100/150	20,2	19,5	20,0	337,5
Virtos bulvės (augalinis)(tausojantis)	Gr014	100	2,0	0,1	18,3	82,0
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57,1
Kefyras 2,5 %		200	6,8	5,0	9,8	111
Iš viso:			37,96	36,16	100,8	884,09
Iš viso (dienos davinio):			37,96	36,16	100,8	884,09

Dovilė Sūdžiūtė
visuomenės sveikatos
specialistė

1 savaitė - Penktadienis

TVIRTINU
 Šilutės pirmosios gimnazijos
 direktorė *Direktorė*
Laima Spirgienė
 Data 2025-08-28

Pietūs val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
		11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.	11 m. ir vyr.
Rūgštynių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr007	150	4,9	0,7	17,1	194
Pilno grūdo ruginė duona		40	2,36	2,96	13,60	92,79
Kepta žuvies file (tausojantis)	8-450/1	100	16,55	8,55	9,90	182,68
Virti ryžiai su ciberžole(tausojantis) (augalinis)	15-19/1	150	3,50	2,50	35,70	179,30
Morkų salotos su česnaku ir majonezu	16-24/2	150	1,57	10,39	16,47	165,61
Sezoniniai vaisiai		100	0,4	0,4	13,0	57
Stalo vanduo	G001	150	0,0	0,0	0,0	0,0
Iš viso:			29,28	25,5	105,77	871,38
Iš viso (dienos davinio):			29,28	25,5	105,77	871,38

Dovilė Sūdžiūtė
 visuomenės sveikatos
 specialistė