

UAB "NIKLITA"

Panevėžio Saulėtekio progimnazija



## 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.; 11m. ir vyresni

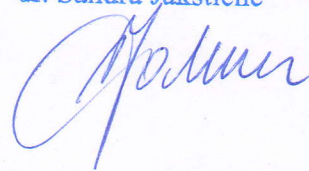
(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Gamybos vadovė  
Inga Sinicienė

Įstaigos darbo laikas

Nuo 8 iki 16 val.

Direktorė  
dr. Sandra Jakštienė



Panevėžio Saulėtekio progimnazija

1 savaitė

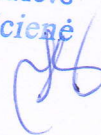
Pirmadienis

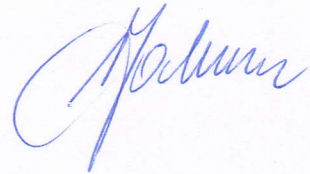
7:30 - 9:30

| Patiekalo pavadinimas                              | Rp. Nr. | Išėiga, g | Baltymai, g  | Riebalai, g  | Angliav., g  | 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                      |
| <b>Viso:</b>                                       |         |           | <b>16,77</b> | <b>13,73</b> | <b>49,03</b> | <b>394,9</b>           |

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Gamybos vadovė  
Inga Sinicienė





Panevėžio Saulėtekio progimnazija

1 savaitė

Antradienis 7:30 - 9:30

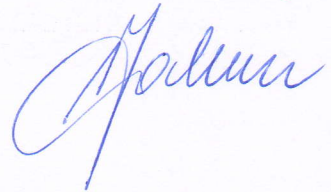
| Patiekalo pavadinimas                          | Rp. Nr. | Išėiga, g | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliav., g | Energetinė vertė, Kcal |
|------------------------------------------------|---------|-----------|-------------|-------------|-------------|------------------------|
| Tiršta manų kruopų 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                      |
| <b>Viso:</b>                                   |         |           | <b>12,5</b> | <b>20,8</b> | <b>62,5</b> | <b>520,85</b>          |

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Gamybos vadovė  
Inga Sinicienė







Panevėžio Saulėtekio progimnazija

1 savaitė

Trečiadienis

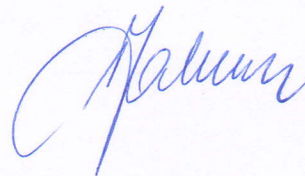
7:30 - 9:30

| Patiekalo pavadinimas                            | Rp. Nr. | Išėiga, g | Baltymai, g  | Riebalai, g  | Angliav., g  | Energetinė vertė, Kcal |
|--------------------------------------------------|---------|-----------|--------------|--------------|--------------|------------------------|
| Tiršta grikių kruopų košė(tausojojantis)alerg. 7 | 97A     | 200       | 9,86         | 3,09         | 40,12        | 234,05                 |
| Arbata (be cukraus)                              | 1Gėr.   | 200       | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00                   |
| Sezoniniai vaisiai                               |         | 150       | 8,9          | 13,73        | 10,47        | 187,95                 |
| <b>Viso:</b>                                     |         |           | <b>18,76</b> | <b>16,82</b> | <b>50,59</b> | <b>422,00</b>          |

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Gamybos vadovė  
Inga Sinicienė





Panevėžio Saulėtekio progimnazija

1 savaitė

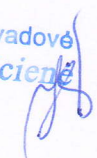
Ketvirtadienis

7:30 - 9:30

| Patiekalo pavadinimas                                       | Rp. Nr. | Išėiga, g | Baltymai, g  | Riebalai, g  | Angliav., g  | Energetinė vertė, Kcal |
|-------------------------------------------------------------|---------|-----------|--------------|--------------|--------------|------------------------|
| Tiršta dribsnių(avižinių) kruopų košė(tausojantis)alerg.1,7 | 110A    | 200       | 9,85         | 9,83         | 35,13        | 259,40                 |
| Sezoniniai vaisiai                                          |         | 150       | 8,9          | 13,73        | 10,47        | 187,95                 |
| Arbata (be cukraus)                                         | 1Gér.   | 200       | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00                   |
| <b>Viso:</b>                                                |         |           | <b>18,75</b> | <b>23,56</b> | <b>45,60</b> | <b>447,35</b>          |

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

gamybės vadovė  
Inga Sinicienė





Panevėžio Saulėtekio progimnazija

1 savaitė

Penktadienis 7:30 - 9:30

| Patiekalo pavadinimas                             | Rp. Nr. | Išėiga, g | Baltymai, g  | Riebalai, g  | Angliav., g  | Energetinė vertė, Kcal |
|---------------------------------------------------|---------|-----------|--------------|--------------|--------------|------------------------|
| Penkių grūdų dribsnių košė(tausojantis)alerg. 1,7 | 109A    | 200       | 7,84         | 7,86         | 32,00        | 234,00                 |
| Uogienė                                           | 17P     | 20        | 0,72         | 9            | 0,93         | 87,9                   |
| Sezoniniai vaisiai                                |         | 150       | 8,9          | 13,73        | 10,47        | 187,95                 |
| Arbata (be cukraus)                               | 1Gér.   | 200       | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00                   |
| <b>Viso:</b>                                      |         |           | <b>17,46</b> | <b>30,59</b> | <b>43,40</b> | <b>509,85</b>          |

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Gamybos vadovė  
Inga Sinicienė







Panevėžio Saulėtekio progimnazija

2 savaitė

Pirmadienis

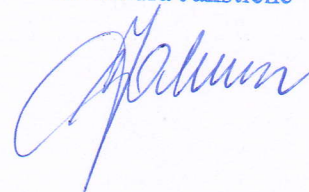
7:30 - 9:30

| Patiekalo pavadinimas                         | Rp. Nr. | Išėiga, g | Baltymai, g  | Riebalai, g  | Angliav., g  | Energetinė vertė, Kcal |
|-----------------------------------------------|---------|-----------|--------------|--------------|--------------|------------------------|
| Miežinių dribsnių košė(tausojantis)alerg. 1,7 | 111A    | 200       | 7,84         | 7,51         | 33,54        | 229,60                 |
| Uogienė                                       |         | 20        | 0,06         |              | 14,18        | 54,20                  |
| Sezoniniai vaisiai                            |         | 150       | 8,9          | 13,73        | 10,47        | 187,95                 |
| Arbata (be cukraus)                           | 1Gér.   | 200       | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00                   |
| <b>Viso:</b>                                  |         |           | <b>16,80</b> | <b>21,24</b> | <b>58,19</b> | <b>471,75</b>          |

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Gamybos vadovė  
Inga Sinicienė





Panevėžio Saulėtekio progimnazija

2 savaitė

Antradienis

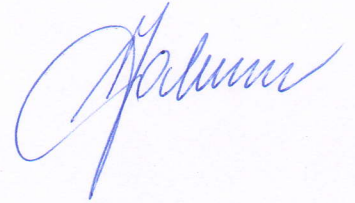
7:30 - 9:30

| Patiekalo pavadinimas                           | Rp. Nr. | Išėiga, g | Baltymai, g  | Riebalai, g  | Angliav., g  | 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         |              | 14,18        | 54,20                  |
| Sezoniniai vaisiai                              |         | 150       | 8,9          | 13,73        | 10,47        | 187,95                 |
| Arbata (be cukraus)                             | 1Gér.   | 200       | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00                   |
| <b>Viso:</b>                                    |         |           | <b>12,50</b> | <b>20,80</b> | <b>62,50</b> | <b>493,75</b>          |

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Gamybos vadovė  
Inga Siniciūtė





Panevėžio Saulėtekio progimnazija

2 savaitė

Trečiadienis

7:30 - 9:30

| Patiekalo pavadinimas                            | Rp. Nr. | Išėiga, g | Baltymai, g  | Riebalai, g  | Angliav., g  | Energetinė vertė, Kcal |
|--------------------------------------------------|---------|-----------|--------------|--------------|--------------|------------------------|
| Tiršta kukurūzų kruopų košė(tausojantis)alerg. 7 | 101A    | 200       | 7,90         | 3,07         | 49,36        | 260,63                 |
| Uogienė                                          |         | 20        | 0,06         |              | 14,18        | 54,20                  |
| Sezoniniai vaisiai                               |         | 150       | 8,9          | 13,73        | 10,47        | 187,95                 |
| Arbata (be cukraus)                              | 1Gėr.   | 200       | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00                   |
| <b>Viso:</b>                                     |         |           | <b>16,86</b> | <b>16,80</b> | <b>74,01</b> | <b>502,78</b>          |

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Gamybos vadovė  
Inga Sinicijevė





Panevėžio Saulėtekio progimnazija

2 savaitė

Ketvirtadienis

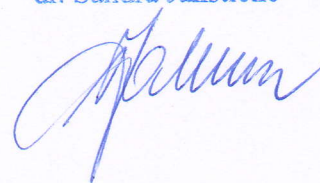
7:30 - 9:30

| Patiekalo pavadinimas                          | Rp. Nr. | Išėiga, g | Baltymai, g  | Riebalai, g  | Angliav., g  | Energetinė vertė, Kcal |
|------------------------------------------------|---------|-----------|--------------|--------------|--------------|------------------------|
| Tiršta grikių kruopų košė(tausojantis)alerg. 7 | 97A     | 200       | 9,86         | 3,09         | 40,12        | 234,05                 |
| Arbata (be cukraus)                            | 1Ger.   | 200       | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00                   |
| Sezoniniai vaisiai                             |         | 150       | 8,9          | 13,73        | 10,47        | 187,95                 |
| <b>Viso:</b>                                   |         |           | <b>18,76</b> | <b>16,82</b> | <b>50,59</b> | <b>422,00</b>          |

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Gamybos vadovė  
Inga Sinicienė





Panevėžio Saulėtekio progimnazija

2 savaitė

Penktadienis

7:30 - 9:30

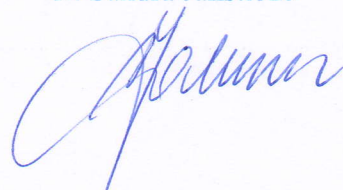
| Patiekalo pavadinimas                             | Rp. Nr. | Išėiga, g | Baltymai, g  | Riebalai, g  | Angliav., g  | Energetinė vertė, Kcal |
|---------------------------------------------------|---------|-----------|--------------|--------------|--------------|------------------------|
| Penkių grūdų dribsnių košė(tausojantis)alerg. 1,7 | 109A    | 200       | 7,84         | 7,86         | 32,00        | 234,00                 |
| Uogienė                                           | 19P     | 20        | 0,06         |              | 14,18        | 54,20                  |
| Sezoniniai vaisiai                                |         | 150       | 8,9          | 13,73        | 10,47        | 187,95                 |
| Arbata (be cukraus)                               | 1Gėr.   | 200       | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00                   |
| <b>Viso:</b>                                      |         |           | <b>16,80</b> | <b>21,59</b> | <b>56,65</b> | <b>476,15</b>          |

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Gamybos vadovė  
Inga Sinicienė







Panevėžio Saulėtekio progimnazija

3 savaitė

Pirmadienis

7:30 - 9:30

| Patiekalo pavadinimas                                        | Rp. Nr. | Išėiga, g | Baltymai, g  | Riebalai, g  | Angliav., g  | Energetinė vertė, Kcal |
|--------------------------------------------------------------|---------|-----------|--------------|--------------|--------------|------------------------|
| Tiršta dribsnių(avižinių) kruopų košė(tausojantis)alerg. 1,7 | 110A    | 200       | 9,85         | 9,83         | 35,13        | 259,40                 |
| Uogienė                                                      | 19P     | 20        | 0,06         |              | 14,18        | 54,20                  |
| Sezoniniai vaisiai                                           |         | 150       | 8,9          | 13,73        | 10,47        | 187,95                 |
| Arbata (be cukraus)                                          | 1Gér.   | 200       | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00                   |
| <b>Viso:</b>                                                 |         |           | <b>18,81</b> | <b>23,56</b> | <b>59,78</b> | <b>501,55</b>          |

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Gamybos vadovė  
Inga Sinicienė





3 savaitė

Antradienis

7:30 - 9:30

| Patiekalo pavadinimas                            | Rp. Nr. | Išėiga, g | Baltymai, g  | Riebalai, g  | Angliav., g  | Energetinė vertė, Kcal |
|--------------------------------------------------|---------|-----------|--------------|--------------|--------------|------------------------|
| Tiršta kukurūzų kruopų košė(tausojantis)alerg. 7 | 101A    | 200       | 7,90         | 3,07         | 49,36        | 260,63                 |
| Uogienė                                          |         | 20        | 0,06         |              | 14,18        | 54,20                  |
| Sezoniniai vaisiai                               |         | 150       | 8,9          | 13,73        | 10,47        | 187,95                 |
| Arbata (be cukraus)                              | 1Gér.   | 200       | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00                   |
| <b>Viso:</b>                                     |         |           | <b>16,86</b> | <b>16,80</b> | <b>74,01</b> | <b>502,78</b>          |

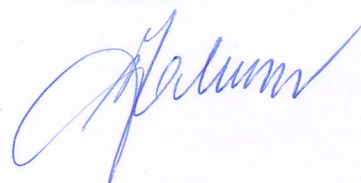
APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Gamybos vadovė  
Inga Sinicienė



Panevėžio Saulėtekio progimnazija

3 savaitė



Trečiadienis

7:30 - 9:30

| Patiekalo pavadinimas                          | Rp. Nr. | Išėiga, g | Baltymai, g | Riebalai, g | Angliav., g | 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        |             | 14,18       | 54,20                  |
| Sezoniniai vaisiai                             |         | 150       | 8,9         | 13,73       | 10,47       | 187,95                 |
| Arbata (be cukraus)                            | 1Gėr.   | 200       | 0,00        | 0,00        | 0,00        | 0,00                   |
| <b>Viso:</b>                                   |         |           | <b>12,5</b> | <b>20,8</b> | <b>62,5</b> | <b>493,75</b>          |

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Gamybos vadovė  
Inga Sinicienė





Panevėžio Saulėtekio progimnazija

3 savaitė



Ketvirtadienis 7:30 - 9:30

| Patiekalo pavadinimas                          | Rp. Nr. | Išėiga, g | Baltymai, g  | Riebalai, g  | Angliav., g  | Energetinė vertė, Kcal |
|------------------------------------------------|---------|-----------|--------------|--------------|--------------|------------------------|
| Tiršta grikių kruopų košė(tausojantis)alerg. 7 | 97A     | 200       | 9,86         | 3,09         | 40,12        | 234,05                 |
| Arbata (be cukraus)                            | 1Gér.   | 200       | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00                   |
| Sezoniniai vaisiai                             |         | 150       | 8,9          | 13,73        | 10,47        | 187,95                 |
| <b>Viso:</b>                                   |         |           | <b>18,76</b> | <b>16,82</b> | <b>50,59</b> | <b>422,00</b>          |

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

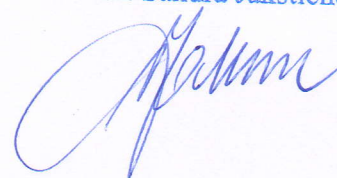
Gamybos vadovė  
Inga Sinicienė



Panevėžio Saulėtekio progimnazija

3 savaitė

Direktorė  
dr. Sandra Jakštienė



Penktadienis

7:30 - 9:30

| Patiekalo pavadinimas                              | Rp. Nr. | Išėiga, g | Baltymai, g  | Riebalai, g  | Angliav., g  | 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                      |
| <b>Viso:</b>                                       |         |           | <b>16,77</b> | <b>13,73</b> | <b>49,03</b> | <b>394,9</b>           |

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Gamybos vadovė  
Inga Sinicienė

