

PATVIRTINTA
Direktorės 2025-08-29
įsakymu Nr. VĮ-232



Direktorė
dr. Sandra Jakštienė

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 Siniciorė



Įstaigos darbo laikas

Nuo 8 iki 16 val.

Panevėžio Saulėtekio progimnazija
2025 09 01
1 savaitė

Direktorė
dr. Sandra Jakštienė



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)	1Gėr.	200	0	0,00	0	0
Viso:			16,77	13,73	49,03	394,9

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Gamybos vadovė
Inga Sinicienė



Panevėžio Saulėtekio progimnazija
2025 09 01
1 savaitė

Direktorė
dr. Sandra Jakštienė



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		120	0,48	0,48	15,60	68,64
Arbata (be cukraus)	1Gėr.	200	0	0,00	0	0
Viso:			4,08	7,55	67,63	401,54

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Gamybos vadovė
Inga Sinickienė



Panevėžio Saulėtekio progimnazija
2025 09 01
1 savaitė

Direktorė
dr. Sandra Jakštienė



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	200	9,86	3,09	40,12	234,05
Grietinė 30%	17P	20	0,72	9	0,93	87,9
Arbata (be cukraus)	1Gėr.	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai		90	0,36	0,36	11,7	51,48
Viso:			10,94	12,45	52,75	373,43

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Gamybos vadovė
Inga Sinickienė





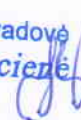
Ketvirtadienis

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

Gamybos vadovė
Inga Sinicienė



Panevėžio Saulėtekio progimnazija
2025 09 01
1 savaitė

Direktorė
dr. Sandra Jakštienė



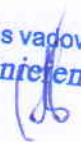
Penktadienis

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	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:			8,92	17,22	44,63	373,38

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Gamybos vadovė
Inga Siniečienė



Panevėžio Saulėtekio progimnazija

2025 09 01

2 savaitė

Direktora
dr. Sandra Jakšienė



Pirmadienis

Pusryčiai 7:30 - 9:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Angliav.	Energetinė vertė, Kcal
Miežinių dribsnių košė (tausojojantis) alerg. 1,7	111A	200	7,84	7,51	33,54	229,60
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:			8,58	8,19	69,82	381,04

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Gamybos vadovė
Inga Sinickienė

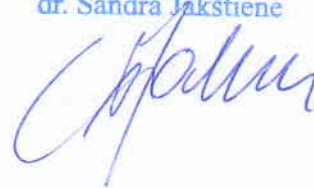


Panevėžio Saulėtekio progimnazija

2025 09 01

2 savaitė

Direktorė
dr. Sandra Jakštienė



Antradienis

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
Sezoniniai vaisiai		90	0,36	0,36	11,7	51,48
Arbata (be cukraus)	1Ger.	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

Gamybos vadovė
Inga Sinicienė



Direktorė
dr. Sandra Jakštienė



Panevėžio Saulėtekio progimnazija
2025 09 01
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
Traškios 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

Ugdymo vadovė
Inga Sinicienė



Panevėžio Saulėtekio progimnazija
2025 09 01
2 savaitė

Direktorė
dr. Sandra Jakšienė



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	200	9,86	3,09	40,12	234,05
Grietinė 30%	17P	20	0,72	9	0,93	87,9
Arbata (be cukraus)	1Gėr.	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai		90	0,36	0,36	11,7	51,48
Viso:			10,94	12,45	52,75	373,43

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Gamybos vadovė
Inga Sinicienė





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)	1Gėr.	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 Siniciūtė



Direktorė
dr. Sandra Jakštienė



Pirmadienis

Pusryčiai 7:30 - 9:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	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
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:			10,30	10,19	68,10	392,18

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Ugdymo vadovė
Inga Sinicienė





Antradienis

Pusryčiai 7:30 - 9:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Angliav.	Energetinė vertė, Kcal
Tiršta kukurūzų kruopų košė(tausojojantis)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)	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

Ugdymo vadovė
Inga Sinicionė





Trečiadienis

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

Gamybos vadovė
Inga Sinickienė





Ketvirtadienis

Pusryčiai 7:30 - 9:30

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Baltymai	Riebalai	Angliav.	Energetinė vertė, Kcal
Tiršta grikių kruopų košė(tausojantis)alerg. 7	97A	200	9,86	3,09	40,12	234,05
Grietinė 30%	17P	20	0,72	9	0,93	87,9
Arbata (be cukraus)	1Ger.	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Sezoniniai vaisiai		90	0,36	0,36	11,7	51,48
Viso:			10,94	12,45	52,75	373,43

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO



Panevėžio Saulėtekio progimnazija
2025 09 01
3 savaitė

Direktorė
dr. Sandra Jakštienė



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		150	8,9	13,73	10,47	187,95
Arbata (be cukraus)	1Gėr.	200	0	0,00	0	0
Viso:			16,77	13,73	49,03	394,9

APIE PATIEKALUOSE ESANČIUS ALERGENUS TEIRAUTIS VIRTUVĖS PERSONALO

Gamybos vadovė
Inga Siniciene

