

Direktorė
Jelena Tumanovienė

2026-08-31

IGNALINOS R. DIDŽASALIO "RYTO" GIMNAZIJA

(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

11 IR VYR. M.

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 8:00 iki 17:00val.

1 savaitė
pirmadienis

Nemokamas maitinimas 5-8

Direktoriė
Jelena Tumanovienė

(pareigos, vardas, pavardė)

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

2026-09-31

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis, augalinis)	1-3/28AT	150	2.24	3.25	11.27	83.23
Grietinė 30%	54	20	0.12	1.50	0.16	14.66
Duona juoda "Lietuvaitė" 800g	26	50	3.10	0.75	22.50	115.50
Kepta su garais lašišos filė (tausojantis)	9-7/145T	60	13.61	10.85	0.25	152.96
Ryžių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis, augalinis)	3-3/36AT	150	4.18	2.60	40.38	203.79
Švieži pomidorai (augalinis)		100	1.10	0.20	3.80	21.40
Vaisiai 1	9	200	0.60	0.40	27.60	104.00
Sultys	5	200	1.20	0.00	19.60	86.00
Varškės 9% apkepas (tausojantis)	7-8/169T	150	19.17	11.16	23.60	267.63
Iš viso:			45.32	30.71	149.16	1049.17
Iš viso (dienos davinio):			45.32	30.71	149.16	1049.17

Maitinimo organizavimo specialistė
Sigita Valeikienė

1 savaitė
antradienis

Nemokamas maitinimas 5-8

Direktorė
Jelena Tumanovienė

(pareigos, vardas, pavardė)

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

2016-08-31

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pupelių, daržovių ir makaronų sriuba (tausojantis)	1-3/20AT	150	2.16	2.16	9.72	66.78
Duona juoda "Lietuvaitė" 800g	26	50	3.10	0.75	22.50	115.50
Orkaitėje keptos vištienos blauzdelės (tausojantis)	10-8/156TG P	100	24.69	17.40	2.62	273.23
Bulvių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	4-3/64T	150	2.58	4.85	20.82	137.25
Morkų ir obuolių salotos (augalinis)	2-1/10AGP P	100	2.24	4.06	11.47	87.65
Švieži agurkai (augalinis)		80	0.56	0.00	2.24	11.20
Negazuotas gėrimas	6	200	0.00	0.00	9.80	40.00
Vaisiai 2	10	200	2.00	2.00	28.00	128.00
Iš viso:			37.33	31.22	107.17	859.61
Iš viso (dienos davinio):			37.33	31.22	107.17	859.61

Maitinimo organizavimo specialistė
Sigita Valeikiene

1 savaitė
trečiadienis

Nemokamas maitinimas 5-8

Direktorė
Jelena Tumanovienė

(pareigos, vardas, pavardė)

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

2026-08-31

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių ir pomidorų sriuba (tausojantis, augalinis)	1-3/17ATG PVV	150	1.07	2.97	6.39	56.31
Duona juoda "Lietuvaitė" 800g	26	50	3.10	0.75	22.50	115.50
Kiaulienos ir morkų troškiny su porais (tausojantis)	11-5/102T	120	16.55	7.15	6.96	158.58
Biri grikių košė su avyvuogių aliejumi (tausojantis, augalinis)	3-3/52AT	100	5.17	2.08	33.37	172.61
Kinietišų kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/7A	90	0.88	4.27	4.91	58.17
Negazuotas gėrimas	6	200	0.00	0.00	9.80	40.00
Vaisiai 3	11	200	1.40	0.40	32.00	137.20
Orkaitėje keptas kiaulienos kotletas (tausojantis)	24	70	15.39	15.95	3.54	220.13
Iš viso:			43.56	33.57	119.47	958.50
Iš viso (dienos davinio):			43.56	33.57	119.47	958.50

Maitinimo organizavimo specialistė
Sigita Valeikienė

1 savaitė
ketvirtadienis

Nemokamas maitinimas 5-8

Direktorė
Jelena Tumanovienė

(pareigos, vardas, pavardė)

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Plėšytos vištienos sriuba su daržovėmis ir ryžiais (tausojantis)	1-3/25TG	150	6.62	4.42	6.40	92.76
Duona juoda "Lietuvaite" 800g	26	50	3.10	0.75	22.50	115.50
Varškės 9% apkepas (tausojantis)	7-8/169T	150	19.17	11.16	23.60	267.63
Grietinė 30%	54	20	0.12	1.50	0.16	14.66
Šaldytų uogų kompotas (nesaldintas)	7	200	0.12	0.06	0.74	4.35
Virti viso grūdo makaronai su malta kiauliena (tausojantis)	11-5/101T	200	17.77	4.04	37.17	262.64
Virtų burokėlių salotos su šviežiais obuoliais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-3/63A	100	1.01	4.05	10.99	81.60
Iš viso:			47.91	25.98	101.56	839.14
Iš viso (dienos davinio):			47.91	25.98	101.56	839.14

Maitinimo organizavimo specialistė
Sigita Valeikiene

1 savaitė
penktadienis

Nemokamas maitinimas 5-10

Direktorė
Jelena Tumanovienė
Tvirtinu:

(pareigos, vardas, pavardė)

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

2026-08-31

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška (2,5%) makaronų sriuba (tausojantis)	26	250	6.33	7.56	20.82	177.42
Duona juoda "Lietuvaite" 800g	26	50	3.10	0.75	22.50	115.50
Vištienos filė karis (tausojantis)	10-5/107	200	33.59	30.55	2.87	423.79
Ryžių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis, augalinis)	3-3/36AT	150	4.18	2.60	40.38	203.79
Žaliosios salotos (augalinis)	2-1/12AGP VVg 10N	100	1.41	7.63	6.44	95.15
Nesaldinta juodoji arbata	7a	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Vaisiai 5	13	200	1.40	0.60	29.00	114.00
Traškūs vištienos filė kepsneliai	31	100	23.23	17.53	4.85	273.03
Iš viso:			73.24	67.22	126.86	1402.68
Iš viso (dienos davinio):			73.24	67.22	126.86	1402.68

Maitinimo organizavimo specialistė
Sigita Valeikienė

2 savaitė
pirmadienis

Nemokamas maitinimas 5-8

Direktoriė
Jelena Tumanovienė
Tvirtinu:

(pareigos, vardas, pavardė)

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

2026-08-31

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis, augalinis)	1-3/30AT	150	4.31	3.37	16.65	109.60
Duona juoda "Lietuvaitė" 800g	26	50	3.10	0.75	22.50	115.50
Kepta su garais lašišos filė (tausojantis)	9-7/145T	100	22.70	18.08	0.42	254.92
Miežinių kruopų košė su sviestu 82% (tausojantis)	3-3/30T	150	4.34	2.41	29.84	150.38
Burokėlių ir raugintų kopūstų salotos (augalinis)	2-1/7AGPP cVVG 10N	100	1.04	2.41	5.67	49.50
Žalieji žirneliai (augalinis)	1	50	3.15	0.40	4.00	40.50
Negazuotas mineralinis vanduo	8	500	0.00	0.00	0.00	0.00
Vaisiai 6	14	200	2.20	0.60	21.20	88.00
Vištienos kukulis su morkomis (tausojantis)	10-3/61T	80	15.15	3.15	0.81	92.64
Iš viso:			55.99	31.17	101.09	901.04
Iš viso (dienos davinio):			55.99	31.17	101.09	901.04

Maitinimo organizavimo specialistė
Sigita Valeikienė

2 savaitė
antradienis

Nemokamas maitinimas 5-8

Direktorė
Jelena Tumanovienė
Ivairinai:

(pareigos, vardas, pavardė)

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

2026-08-31

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių sriuba (tausojantis, augalinis)	1-3/39AT	150	1.51	3.17	10.15	74.29
Grietinė 30%	54	20	0.12	1.50	0.16	14.66
Ryžių plovė su kalakutienos šiaunelių mėsa (tausojantis)	10-5/109T	180	27.49	21.57	24.81	413.34
Pomidorų ir agurkų salotos su aliejumi (augalinis)	72a	100	0.82	9.23	2.98	98.26
Nesaldinta žolelių arbata	7	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Vaisiai 7	15	200	1.80	0.60	20.00	84.00
Netikras vištienos filė zuikis (tausojantis)	10-8/157TG P	120	19.10	8.73	2.47	164.11
Duona juoda "Lietuvaitė" 800g	26	50	3.10	0.75	22.50	115.50
Iš viso:			53.94	45.55	83.07	964.16
Iš viso (dienos davinio):			53.94	45.55	83.07	964.16

Maitinimo organizavimo specialistė
Sigita Valeikienė

2 savaitė
trečiadienis

Nemokamas maitinimas 5-8

Direktoriė
Jelena Tumanavičienė

(pareigos, vardas, pavardė)

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

2024-08-31

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Rugštynių sriuba (tausojantis, augalinis)	1-3/22AT	150	1.68	6.20	10.62	105.04
Duona juoda "Lietuvaitė" 800g	26	50	3.10	0.75	22.50	115.50
Troškintas kiaulienos kukulis su pomidorų padažu (tausojantis)	3	100	16.08	17.30	26.16	325.32
Viso grūdo makaronai su alyvuogių aliejumi ir prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	6-3/62AT	150	6.69	7.84	33.29	236.06
Šviežių kopūstų, morkų ir agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/20A	100	1.24	5.55	4.84	74.30
Nesaldinta juodoji arbata	7a	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Vaisiai 8	16	200	2.20	0.60	45.60	190.00
Virti varškėčiai (varškė 9%) su viso grūdo miltais (tausojantis)	7-3/60T	150	19.54	8.94	37.53	156.65
Iš viso:			50.53	47.18	180.54	1202.87
Iš viso (dienos davinio):			50.53	47.18	180.54	1202.87

Maitinimo organizavimo specialistė
Sigita Valeikienė

2 savaitė
ketvirtadienis

Nemokamas maitinimas 5-8

Direktorė
Jelena Tumėnaitė

(p. reigos, vardas, pavardė)

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

2026-08-31

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Daržovių sriuba su vištienos gabaliukais (tausojantis)	1-3/23T	150	6.28	3.17	7.03	83.20
Duona juoda "Lietuvaite" 800g	26	50	3.10	0.75	22.50	115.50
Orkaitėje keptos vištienos blauzdelės (tausojantis)	10-8/156TG P	100	24.69	17.40	2.62	273.23
Šaldytų uogų kompotas (nesaldintas)	7	200	0.12	0.06	0.74	4.35
Biri grikių košė su avyvuogių aliejumi (tausojantis, augalinis)	3-3/52AT	100	5.17	2.08	33.37	172.61
Morkų ir obuolių salotos su grietine 30 %	2-1/12	100	1.01	1.63	7.53	46.37
Pomidorų ir agurkų salotos su aliejumi (augalinis)	72a	100	0.82	9.23	2.98	98.26
Vaisiai 9	17	200	1.80	0.20	23.60	103.40
Iš viso:			42.99	34.52	100.37	896.92
Iš viso (dienos davinio):			42.99	34.52	100.37	896.92

Maitinimo organizavimo specialistė
Sigita Valeikienė

2 savaitė
penktadienis

Nemokamas maitinimas 5-8

Direktorė
Jelena Tumanovienė

(pareigos, vardas, pavardė)

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

2026-08-31

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveža	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška (2,5%) perlinių kruopų sriuba su sviestu (82%) (tausojantis)	25	150	3.03	4.47	10.73	93.42
Duona juoda "Lietuvaite" 800g	26	50	3.10	0.75	22.50	115.50
Bulvių apkepas su sūriu ir grietinėle (30%) (tausojantis)	3	200	0.00	0.01	0.03	0.25
Jogurtinis padažas (jogurtas 2,5%) su žalumynais (tausojantis)	14-1/2	100	3.63	2.08	6.40	59.73
Virtų burokėlių salotos su šviežiais obuoliais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-3/63A	100	1.01	4.05	10.99	81.60
Nesaldinta žolelių arbata	7	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Vaisiai 10	18	200	0.80	0.20	30.00	116.00
Orkaitėje kepti lietuviški balandėliai su vištiena (tausojantis)	10-8/177TG P	100	4.54	2.74	6.14	68.03
Iš viso:			16.11	14.30	86.79	534.53
Iš viso (dienos davinio):			16.11	14.30	86.79	534.53

Maitinimo organizavimo specialistė
Sigita Valeikienė

3 savaitė
pirmadienis

Nemokamas maitinimas 5-8

Direktorė
Jelena Tumanovienė

(pareigos, vardas, pavardė)

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

2026-08-31

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis, augalinis)	1-3/30AT	150	4.31	3.37	16.65	109.60
Duona juoda "Lietuvaite" 800g	26	50	3.10	0.75	22.50	115.50
Kepta su garais lašišos filė (tausojantis)	9-7/145T	100	22.70	18.08	0.42	254.92
Miežinių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis, augalinis)	3-3/30T	150	4.33	3.29	29.82	158.24
Daržovių salotos su alyvuogių aliejumi (salotų mišinys, morkos, agurkai, pomidorai, paprika ir porai) (augalinis)	2-1/3A	80	1.03	1.99	3.39	33.12
Negazuotas mineralinis vanduo	8	500	0.00	0.00	0.00	0.00
Vaisiai 1	9	200	0.60	0.40	27.60	104.00
Varškės 9% apkepas (tausojantis)	7-8/169T	150	19.17	11.16	23.60	267.63
Grietinė 30%	54	20	0.12	1.50	0.16	14.66
Iš viso:			55.36	40.54	124.14	1057.67
Iš viso (dienos davinio):			55.36	40.54	124.14	1057.67

Maitinimo organizavimo specialistė
Sigita Valeikiene

3 savaitė
antradienis

Nemokamas maitinimas 5-8

Direktorė
Jelena Tumanovienė

(pareigos, vardas, pavardė)

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

2026-08-31

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pomidorinė sriuba su ryžiais (tausojantis, augalinis)	1-3/33AT	150	1.67	3.19	13.75	91.15
Duona juoda "Lietuvaitė" 800g	26	50	3.10	0.75	22.50	115.50
Kepti su garais kalakutienos krūtinėlės kukulaičiai (tausojantis)	10-7/141T	80	16.13	4.57	5.40	130.04
Viso grūdo makaronai su alyvuogių aliejumi ir prieskoniėmis žolelėmis (tausojantis)	6-3/62AT	150	6.69	7.84	33.29	236.06
Burokėlių ir raugintų agurkų salotos (augalinis)	2-1/6AGPP cVVg	100	1.09	2.46	6.07	47.88
Nesaldinta žolelių arbata	7	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Vaisiai 2	10	200	2.00	2.00	28.00	128.00
Grikių ir kiaulienos troškinys (tausojantis)	11-5/100T	120	11.25	4.84	32.43	218.40
Iš viso:			41.93	25.65	141.44	967.03
Iš viso (dienos davinio):			41.93	25.65	141.44	967.03

Maitinimo organizavimo specialistė
Sigita Valeckienė

3 savaitė
trečiadienis

Nemokamas maitinimas 5-8

Direktorė
Jelena Tumanovienė

(pareigos, vardas, pavardė)

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

2026-08-31

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių sriuba su pupelėmis, bulvėmis ir morkomis (tausojantis, augalinis)	1-3/27AT	150	2.70	3.25	12.05	88.71
Grietinė 30%	54	20	0.12	1.50	0.16	14.66
Duona juoda "Lietuvaitė" 800g	26	50	3.10	0.75	22.50	115.50
Virti kaulienos kukuliai (tausojantis)	3	80	20.14	6.14	1.85	144.19
Virtos bulvės (tausojantis, augalinis)	67	100	2.02	0.40	16.46	77.57
Šviežių kopūstų, morkų ir agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/20A	100	1.24	5.55	4.84	74.30
Nesaldinta juodoji arbata	7a	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Vaisiai 3	11	200	1.40	0.40	32.00	137.20
Paprika su mėsos įdaru (tausojantis)	4	120	13.12	3.79	28.27	202.93
Iš viso:			43.84	21.78	118.13	855.06
Iš viso (dienos davinio):			43.84	21.78	118.13	855.06

Maitinimo organizavimo specialistė
Sigita Valeikienė

3 savaitė
ketvirtadienis

Nemokamas maitinimas 5-8

Direktorė
Jelena Tumunovienė

(pareigos, vardas, pavardė)

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

2026-08-31

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (tausojantis, augalinis)	1-3/31AT	150	2.35	3.30	14.91	95.13
Duona juoda "Lietuvaitė" 800g	26	50	3.10	0.75	22.50	115.50
Orkaitėje keptos vištienos blauzdelės (tausojantis)	10-8/156TG P	100	24.69	17.40	2.62	273.23
Ryžių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis, augalinis)	3-3/36AT	150	4.18	2.60	40.38	203.79
Daržovių salotos su alyvuogių aliejumi (salotų mišinys, morkos, agurkai, pomidorai, paprika ir porai) (augalinis)	2-1/3A	80	1.03	1.99	3.39	33.12
Sultys	5	200	1.20	0.00	19.60	86.00
Vaisiai 4	12	200	1.60	0.60	22.00	99.80
Iš viso:			38.15	26.64	125.40	906.57
Iš viso (dienos davinio):			38.15	26.64	125.40	906.57

Maitinimo organizavimo specialistė
Sigita Valeikienė

3 savaitė
penktadienis

Nemokamas maitinimas 5-8

Direktorė
Jelena Tumanovienė

(pareigos, vardas, pavardė)

Pietūs 12:00 - 12:30 val.

2026-08-31

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška (2,5%) sriuba su ryžiais (tausojantis)	80a	150	4.63	6.09	19.46	151.98
Duona juoda "Lietuvaitė" 800g	26	50	3.10	0.75	22.50	115.50
Troškinta vištiena su šparaginėmis pupelėmis ir morkomis (tausojantis)	10-5/108T	100	14.07	3.98	3.12	106.77
Birė grikių košė su avyvuogių aliejumi (tausojantis, augalinis)	3-3/52AT	100	5.17	2.08	33.37	172.61
Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštė (augalinis)	2	100	1.06	0.25	5.25	27.45
Nesaldinta žolelių arbata	7	200	0.00	0.00	0.00	0.00
Vaisiai 5	13	200	1.40	0.60	29.00	114.00
Traškūs vištienos filė kepsneliai	31	100	22.19	16.97	7.08	267.91
Iš viso:			51.62	30.72	119.78	956.22
Iš viso (dienos davinio):			51.62	30.72	119.78	956.22

Maitinimo organizavimo specialistė
Sigita Valeikienė