

***Juozo Tūbelio progimnazijos  
Perspektyvinis valgiaraštis***

***2015-2016 m.***

**Panevėžio visuomenės sveikatos centro Rokiškio skyrius**

(įstaigos pavadinimas)

**VALGIARAŠČIO VERTINIMO PAŽYMA**

2015 birželio 10 d. Nr. S-(7.51.R) - 1890

Rokiškis

(surašymo vieta)

Mokyklos pavadinimas, adresas: **Rokiškio Juozo Tūbelio progimnazija, Rokiškis, P.Širvio g. 2**  
Maisto tiekimo įmonės pavadinimas, adresas: **UAB „Daivida“, Rokiškis, Ažuolų g. 21; UAB „Dorola“, Respublikos g. 45A; L.Sadauskienės ind. įmonė, Juodupė, Pergalės g.2; Audrupio ŽŪB paukštynas, Južintų sen., Kovelių k.; UAB „Rokana“, Rokiškis, Jaunystės g. 1; AB „Žemaitijos pienas“, Telšiai, Sėdos g. 35; UAB Coca-Cola HBC Lietuva, Vilnius, Šeiminiškių g.21B; AB „Klaipėdos pienas“, Klaipėda, Šilutės plentas 33; BĮ UAB „Sanitex“, Kaunas, Raudondvario pl. 131; ūkininkės V.Matelionienės daržovės, Anykščių raj., Andrioniškis**

Valgiaraštį sudariusio asmens vardas, pavardė, pareigos: **Aldona Arulienė, valgyklos vedėja**

**Nustatyta:** (kokiais teisės aktais vadovaujantis atliktas vertinimas, kokie vertinimo rezultatai, kuomet remiantis šie rezultatai gauti)

Vertinimas atliktas vadovaujantis Lietuvos higienos normos HN 21:2011 „Mokykla, vykdanči bendrojo ugdymo programas. Bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“, SAM 2011-11-11 įsakymo Nr. V-964 „Dėl maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašo patvirtinimo“ LR SAM 1999-11-25 įsakymo Nr. 510 „Dėl rekomenduojamų paros maistinių medžiagų ir energijos normų tvirtinimo“ nuorodomis.

**Vertinimo išvada:** (nurodyti, kokių teisės aktų (teisės akto pavadinimas, straipsnis, dalis, punktas, papunktis) pažeidimai nustatyti)

Įvertinus pateiktus perspektyvinius moksleivių maitinimo valgiaraščius 2015-2016 m. m.,  
nustatyta, jog jie atitinka aukščiau minėto teisės akto reikalavimus.

**Nurodymas:**

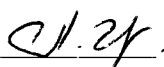
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Vertinimo pažyma surašyta 2 egzemplioriais.


**Vertinimą atliko:**

Vyresnioji specialistė  
(atlikusio asmens pareigos)

  
(parašas)

Algė Stalioniene  
(vardas, pavardė)

Rokiškio skyriaus vyriausiasis specialistas,  
laikiniai vykdančias skyriaus vedėjo funkcijas  
(pareigos)

  
(parašas)

Pavlius Gaigalas  
(vardas, pavardė)

1-1

PIETŪS

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiņa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Troškinta paukštieņa	Inter.A	75	troškinta	18.47	20.27	2.36	263.54
Ryžu košē	Inter.G	100	virta	2.56	4.68	27.65	156.68
Morku salotas	Inter.S	100	zalia	1.05	5.05	8.78	76.96
Sultys	Inter.	200		0.76	0.10	24.76	105.0
Juoda duona	m.p.s.	25	1.32	0.21	24.76	14.02	59.0
VISO				24.16	30.31	77.57	661.18

7-11 metu vaikams

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiņa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Troškinta paukštieņa	Inter.A	100	troškinta	24.62	27.03	3.14	351.39
Ryžu košē	Inter.G	200	virta	5.12	9.36	55.30	313.36
Morku salotas	Inter.S	100	zalia	1.05	5.05	8.78	76.96
Sultys	Inter.	200		0.76	0.10	24.76	105.0
VISO				31.55	41.54	91.98	846.71

12-18 metu vaikams

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiņa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Maltas kiauļienos šnicelis	Inter.A	100	keptas	21.16	19.52	8.47	305.79
Troškinta paukštieņa	Inter.A	100	tausojuantis	24.62	27.03	3.14	351.39
Virtos dešrelēs	Inter.A	100	virtos	7.18	28.39	0.84	287.04
Bulviu košē	Inter.G	100	virta	1.73	3.39	15.59	98.61
Morku salotas	Inter.S	100	zalia	1.05	5.05	8.78	79.96
Šviežu kopustu salotas	Inter.S	50	zalia	0.65	4.89	2.86	53.64
Ryžu košē	Inter.G	100	virta	2.56	4.68	27.65	156.68

S-(1.51.2) - 1890

Valsts un sabiedrības veselības ministri  
 Valsts un sabiedrības veselības ministri  
 2015-06-10

1-2

## PIETŪS

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiņa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijās
Virti koldūnai	Inter.A	150	virti	16.23	4.69	32.81	235.50
Grietinē 30%	Inter.P	20		0.48	6.0	0.62	58.60
Kompotas	Inter.G	200	virtas	0.75	0.19	33.72	132.35
Vaisiai	m.p.s.	200	žali	3.04	1.20	55.76	224.0
VISO				20.50	12.08	122.91	650.45

7-11metu vaikams

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiņa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijās
Virti koldūnai	Inter.A	200	virti	21.64	6.25	43.74	314.0
Grietinē 30%	Inter.P	30		0.72	9.00	0.93	87.90
Kompotas	Inter.G	200	virtas	0.75	0.19	33.72	132.35
Vaisiai	m.p.s.	200	žali	3.04	1.20	55.76	224.0
Sūrelis		45					167.0
VISO				26.15	16.64	134.15	925.25

12-18metu vaikams

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiņa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijās
Tarkuotų bulvių cepelinai su varške	Inter.A	200	virti	12.49	5.36	51.36	300.21
Sviesto grietinēs padažas	Inter.P	50		0.80	28.99	1.0	267.03
Kepti varškēčiai	Inter.A	200	kepti	33.51	27.81	40.11	542.63
Grietinē 30%	Inter.P	50		0.72	9.0	0.93	87.90
Koldūnai virti	Inter.A	200	tausojoantis	21.64	6.25	43.25	314.0

S-(7.51.2)-1890

Amatspēkā  
Val. Polionis

2015-06-10

1-3

## PIETŪS

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiğa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Paukštienos kepinukai	Inter.A	75	kepti	16.54	12.52	8.56	211.43
Virti makaronai su sviestu	Inter.G	100	virti	3.81	3.14	26.56	155.41
Vitaminizuotos salotos	Inter.	100	žalios	0.87	18.23	10.23	200.31
Sultys	Inter.	200		0.76	0.10	24.76	105.0
VISO				21.98	34.26	70.11	672.15

7-11 metų vaikams

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiğa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Paukštienos kepinukai su sviesto - grietinės padažu	Inter.A	100/30	kepti	22.54	34.09	12.01	441.44
Virti makaronai su sviestu	Inter.G	100	virti	3.81	3.41	26.56	155.41
Vitaminizuotos salotos	Inter.S	100	žalios	0.87	18.23	10.23	200.31
Sultys	Inter.	200		0.76	0.10	24.76	105.0
VISO				27.98	55.83	73.56	902.16

12-18 metų vaikams

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiğa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Kiaulienos ir daržovių troškėnis	Inter.A	100/100	tausoiantis	29.93	19.47	16.35	356.63
Paukštienos kepinukai su sviesto -grietinės padažu	Inter.A	100/30	kepti	22.54	34.09	8.56	211.43
Bulvių košė su sviestu	Inter.G	100	virta	1.73	3.39	15.59	98.61
Marinuotų burokėlių salotos	Inter.S	100		1.57	14.10	11.10	167.05
Omletas su dešrele	Inter.A	120/24	keptas	13.42	25.27	6.83	308.02

S-(7.51.0)-1890

Vegetarijos specialistė  
 Milda Štaliūnienė

2015-06-10

1-4

PIETŪS

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiga	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Virti varškėčiai su sviesto ir grietinės padažu	Inter. A	150/20	virti	20.60	21.51	39.99	433.51
Sultys	Inter.	200		0.76	0.10	24.76	105.0
Vaisiai	m.p.s.	100	žali	1.52	0.60	27.88	112.0
VISO				22.88	22.21	92.63	650.51

7-11 metų vaikams

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiga	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Virti varškėčiai su sviesto ir grietinės padažu	Inter. A	200/30	virti	27.52	30.61	53.37	595.82
Sultys	Inter.	200		0.76	0.10	27.88	105.0
Vaisiai	m.p.s.	200	žali	3.04	1.20	55.76	224.0
VISO				31.32	31.91	133.89	924.82

12-18 metų vaikams

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiga	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Bulvių plokštainis su paukštiena	Inter.A	200	keptas	22.21	21.29	36.56	423.08
Spirgučių – grietinės padažas	Inter.A	50	keptas	1.28	27.36	2.50	259.27
Lietiniai su varške ir grietine 30%	Inter.A	200/100/30	kepti	35.38	36.28	88.95	813.35
Virti varškėčiai su sviesto ir grietinės padažu	Inter.A	200/30	tausojuantis	27.52	30.61	53.37	595.82

8-(1512)-1890

vyresniasis specialistas

Algirdas Štikonas

2015-06-10

## PIETŪS

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiņa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Žuvies kepinukai su padažu	Inter.A	75/20	kepti	13.41	25.19	11.78	313.47
Bulvių košė	Inter.G	100	virta	1.73	3.39	15.59	98.61
Šviežių kopūstų salotos	Inter.S	100	žalios	1.29	9.77	5.72	107.28
Sultys	Inter.	200		0.76	0.10	24.76	105.0
VISO				17.19	38.45	57.85	624.36

7-11 metų vaikams

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiņa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Žuvies kepinukai su padažu	Inter.A	100/30	kepti	17.93	35.52	11.78	435.76
Bulvių košė	Inter. G	100	virta	1.73	3.39	15.59	98.61
Šviežių kopūstų salotos	Inter.S	100	žalios	1.29	9.77	5.72	107.28
Sultys	Inter.	200		0.76	0.10	24.76	105.0
Vaisiai	m.p.s.	200	žali	3.04	1.20	55.76	224.0
VISO				245.75	49.98	113.61	970.65

12-18 metų vaikams

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiņa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Kepta žuvis	Inter.A	100	kepta	19.98	12.53	3.72	206.22
Čiulnių kruopų košė	Inter.G	100	virta	6.05	5.48	33.27	202.88
Pekino kopūstų salotos su agurkais	Inter.S	100	žalios	1.07	9.86	4.42	104.08
Žuvies kepinukai su padažu	Inter.A	100/30	kepti	17.93	35.52	11.78	435.76
Maltas bifšteksas (troškintas)	Inter.A	100	tausojuantis	23.09	34.96	1.13	408.22

S-(751.R)-1890

  
 Mācītājs

2015-06-10

2-1

## PIETŪS

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiņa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Virtos dešrelės su pomidorų padažu	Inter. A	75/20	virtos	6.16	21.39	5.37	237.28
Perlinių kruopų košė	Inter.G	100	virta	3.24	4.59	24.82	145.91
Kopūstų-pomidorų salotas	Inter.S	100	žalios	1.20	9.18	5.54	101.96
Sultys	Inter.	200		0.76	0.10	24.76	105.0
Juoda duona	m.p.s.	25		1.32	0.21	14.02	59.0
VISO				12.68	35.47	74.51	649.15

7-11 metų vaikams

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiņa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Virtos dešrelės su pomidorų padažu	Inter. A	100/30	virtos	8.35	28.54	7.95	320.04
Perlinių kruopų košė	Inter.G	200	virta	6.28	9.18	49.64	291.82
Kopūstų-pomidorų salotas	Inter.S	100	žalios	1.20	9.18	5.54	101.96
Sultys	Inter.	200		0.76	0.10	24.76	105.0
VISO				16.59	47.0	117.89	1116.82

12-18 metų vaikams

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiņa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Kiaulienos kotletai	Inter.A	100	kepti	17.07	18.13	17.77	299.36
Virtos bulvės	Inter.G	100	virtos	2.06	0.10	18.85	83.43
Pomidorų salotas	Inter.S	100	žalios	1.37	6.18	4.90	75.97
Kiaulienos troškinyš su pupelėmis	Inter.A	100/50	tausojojantis	35.26	20.64	22.71	397.29
Paukštienos šašlykas	Inter.A	100/60	keptas	32.18	14.88	13.59	309.40

S-(7.51.R)-1890

2015-06-10



2-2

## PIETŪS

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiņa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Virtu bulviu cepelinai su varške ir padažu	Inter.A	150/40	virti	9.24	27.85	36.27	428.80
Sultys	Inter.	200		0.76	0.10	24.76	105.0
Vaisiai	m.p.s	100	žali	1.52	0.60	27.88	112.0
VISO				11.52	28.55	88.91	645.80

7-11metu vaikams

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiņa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Virtu bulviu cepelinai su varške ir padažu	Inter.A	200/50	virti	12.26	35.20	48.30	553.93
Sultys	Inter.	200		0.76	0.10	24.76	105.0
Vaisiai	m.p.s	200	žali	3.04	1.20	55.76	224.0
VISO				16.06	36.50	128.85	882.93

12-18 metu vaikams

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiņa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Varškes apkepas su grietine 30%	Inter.A	200/50	keptas	30.63	27.17	36.58	516.62
Daržoviu troškinys su dešrelėmis	Inter.A	100/100	tausojojantis	9.34	46.78	12.04	499.53
Virtu bulviu cepelinai su mēsa ir padažu	Inter.A	200/50	virti	17.63	38.99	43.70	589.46

S-(7.51.D)-1890

Lr.

2015-06-10

2-3

## PIETŪS

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išėiga	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Kepta vištienos file su sviestu 82%	Inter.A	75/20	kepta	18.71	22.45	5.78	298.45
Bulvių košė	Inter.G	100	virta	2.30	0.47	17.03	80.60
Daržovių salotos	Inter.S	100	žalios	3.27	7.77	10.70	121.53
Sultys	Inter.	200		0.76	0.10	24.76	105.0
VISO				25.04	30.79	58.21	605.58

7-11 metų vaikams

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išėiga	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Kepta vištienos file su sviestu 82%	Inter.A	100/30	kepta	25.0	22.72	7.25	329.92
Ryžių košė	Inter.G	200	virta	5.12	9.36	55.30	313.36
Daržovių salotos	Inter.S	100	žalios	3.27	7.77	10.70	121.53
Sultys	Inter.	200		0.76	0.10	24.76	105.0
VISO				34.15	39.95	98.01	869.81

12-18 metų vaikams

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išėiga	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Troškinti mėsos ir ryžių kukuliai	m.p.s..3.3	100	tausojuantis	14.78	11.47	9.70	197.65
Bulvių košė	Inter.G	100	virta	2.30	0.47	17.03	80.60
Salotos "Ekstra"	Inter.S	100	žalios	1.45	6.66	7.19	90.50
Kiaulienos kepsnys	Inter.A	100	keptas	21.96	23.60	6.98	329.68
Karališki balandėliai	Inter.A	200	troškinti	30.39	20.74	11.24	346.76

S-(751.P)-1890

In.

2015-06-10

2-4

## PIETŪS

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiņa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Kaimiški blynai su grietine 30 %	Inter.A	150/20	kepti	20.70	30.14	30.50	474.21
Sultys	Inter.S	200		0.76	0.10	24.76	105.0
Vaisiai	m.p.s.	100	žali	1.52	0.60	27.88	112.0
VISO				22.98	30.84	83.14	691.21

7-11 metų vaikams

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiņa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Kepti sklindžiai su obuoliais ir grietine 30 %	Inter.A	200/30	kepti	14.91	31.88	77.55	646.47
Sultys	Inter.S	200		0.76	0.10	24.76	105.0
Vaisiai	m.p.s.	100	žali	1.52	0.60	27.88	112.0
VISO				17.19	32.58	130.19	863.47

12-18 metų vaikams

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiņa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Salvie plokštainis su spirgučių padažu	Inter.A	200/50	keptas	8.26	39.47	51.14	577.21
Varškės kukulaičiai su grietine 30 %	Inter.A	200/30	tausoiantis	24.74	22.38	43.07	474.07
Kaimiški blynai su grietine 30 %	Inter.A	150/20	kepti	20.70	30.14	30.50	474.21

S-(2.51.R)-1890

Lr.

2015-06-10

2-5

## PIETŪS

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiņa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Kepsnys „Berzelis“ su sviesto- grietinės padažu	Inter.A	100/30	keptas	21.64	46.96	3.62	430.44
Morkų žalių žirnelių troškinys	Inter.G	100	troškintas	2.21	18.79	9.28	203.78
Sultys	Inter.	200		0.76	0.10	24.76	105.0
VISO				24.61	65.85	37.60	739.22

7-11 metų vaikams

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiņa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Mėsos – griekių troškinys	Inter.A	100/100	troškintas	33.72	26.71	33.46	503.81
Ėdaržovių salotos su paprika	Inter.S	100	žalios	1.20	14.58	4.97	147.38
Sultys	Inter.	200		0.76	0.10	24.76	105.0
Juoda duona	m.p.s.	50		2.64	0.42	28.04	118.0
VISO				38.32	41.81	91.23	874.19

12-18 metų vaikams

PATIEKALO PAVADINIMAS	Rp.Nr.	Išeiņa	Gamybos būdas	Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kolorijos
Kiaulienos kepinukai su sviesto- grietinės padažu	Inter.A	100/30	kepti	16.30	55.05	11.78	604.32
Mėsos – griekių troškinys	Inter.A	100/100	tausojuantis	33.72	26.71	33.46	503.81
Dubysos maltinis	Inter.A	100/30	keptas	20.69	16.54	5.25	250.14
Virtos bulbės su sviestu	Inter.G	100	virtos	2.06	0.10	18.85	83.43
Marinuotų burokėlių salotos	Inter.S	100	virtos	1.57	14.10	11.10	167.05

S-(751.0)-1890

Valsts inspekcija  
 Valsts sanitārā  
 dienestam

In.  
 2015-06-10

2015-06-10