



**ŠIAULIŲ „SPINDULIO“ UGDYMO CENTRO
DIREKTORIUS**

**ĮSAKYMAS
DĖL VAIKŲ IR MOKINIŲ MAITINIMO**

2022 m. gruodžio 30 d. Nr. VĮ-121(1.3.)
Šiauliai

Vadovaudamasi Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo, patvirtinto Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2011 m. lapkričio 11 d. įsakymu Nr. V-964 „Dėl vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo patvirtinimo“ (su visais papildymais ir pakeitimais), nuostatomis ir parengtais Šiaulių „Spindulio“ ugdymo centro 20 dienų valgiaraščiais, 4-6 metų, 7-10 metų ir 11-18 metų vaikams ir mokiniams:

1. P a v e d u maitinimo paslaugų administratorei Irinai Stupak, organizuoti vaikų ir mokinių maitinimą Šiaulių „Spindulio“ ugdymo centre pagal dvidešimties dienų valgiaraštį, nuo 2023 m. sausio 1 d.

2. P r i p a ž i s t u netekusios galios Šiaulių „Spindulio“ ugdymo centro direktoriaus 2022 m. rugpjūčio 31 d. Nr. VĮ-93 (1.3.) „Dėl vaikų ir mokinių maitinimo“.

Direktorė

Eglė Jankauskienė

Šiaulių "Spindulio" ugdymo centras

20 dienų einamosios savaitės valgiaraštis

I savaitė	Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis
Pusryčiai	Miežinių kruopų košė /tausojantis/, pilno grūdo duona su sviestu ir kiaušiniu, vaisiai arbatžolių arbata /nesaldinta/	Grikių kruopų košė /augalinis, tausojantis/, varškės sūris su medumi, arbatžolių arbata /nesaldinta/, vaisiai	Ryžių kruopų košė /tausojantis/, trintos uogos/vaisiai, pilno grūdo batonas su sviestu ir fermentiniu sūriu, arbatžolių arbata /nesaldinta/, vaisiai	Avižinių dribsnių košė /augalinis, tausojantis/, uogienė, smulkinti bananai su uogomis, pienas, vaisiai	Omletas /tausojantis/, daržovių salotos /augalinis/, pilno grūdo duona su sviestu, arbatžolių arbata /nesaldinta/, vaisiai
Pietūs	Šviežių kopūstų sriuba /augalinis/, pilno grūdo duona, troškinta kalakutiena su daržovėmis /tausojantis/, virti ryžiai su ciberžolė, morkų salotos su alyvuogių aliejumi, pomidoras, vaisiai	Burokėlių sriuba su grietinė, pilno grūdo duona, kiaušienos maltinis /tausojantis/, morkų padažas, virtos perlinės kruopos /tausojantis/, kopūstų salotos su agurkais ir alyvuogių aliejumi /augalinis/, pomidoras, vaisiai	Žirnių sriuba su daržovėmis /augalinis, tausojantis/, pilno grūdo duona, kepta vištienos blauzdelė /tausojantis/, virti griekiai /tausojantis/, pomidoras, agurkas, vaisiai	Agurkų sriuba su daržovėmis /tausojantis/, pilno grūdo duona, natūralus žuvies pjausnys /tausojantis/, troškintos bulvės su daržovėmis /tausojantis/, burokėlių salotos su žirneliais ir aliejumi /augalinis/, pomidoras	Pupelių sriuba su daržovėmis /augalinis, tausojantis/, pilno grūdo duona, kepta vištienos filė /tausojantis/, daržovių padažas /tausojantis/, bulvių košė /tausojantis/, morkų salotos su obuoliais ir aliejumi /augalinis/, pomidoras, vaisiai
Pavakariai	Lietiniai su varškė, grietinė, arbatžolių arbata /nesaldinta/	Žiedinių kopūstų-bulvių košė, agurkas, kefyras	Bulvių plokštainis, grietinė, arbatžolių arbata /nesaldinta/	Varškės sklandžiai, trintos uogos/vaisiai, arbatžolių arbata /nesaldinta/	Pieniška pilno grūdo makaronu sriuba /tausojantis/, pyragas su obuoliais ir cinamonu, arbatžolių arbata /nesaldinta/
Vakarienė	Virti varškėčiai /tausojantis/, grietinė, pienas	Sklandžiai, uogienė, arbatžolių arbata /nesaldinta/, vaisiai	Virtinukai su varškė /tausojantis/, grietinė, pienas	Virtų daržovių salotos, bulvių sriuba su mėsos kukuliais /tausojantis/, pilno grūdo duona, trinta varškė su braškėmis	Kukurūzų kruopų apkepas /tausojantis/, uogienė, arbatžolių arbata /nesaldinta/, vaisiai

*DĖL PATIEKALŲ SUDĖTYJE ESANČIŲ ALERGIJĄ IR NETOLIARAVIMĄ SUKELIANČIŲ MEDŽIAGŲ TEIRAUTIS PAS MAITINIMO ADMINISTRATORĖ.

* Esant atitinkamoms sąlygoms valgiaraštis gali keistis.

Šiaulių "Spindulio" ugdymo centras 20 dienų einamosios savaitės valgiaraštis

2 savaitė	Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis
Pusryčiai	Manų kruopų košė /tausojantis/, uogienė, smulkinti bananai su uogomis /augalinis/, pienas	Penkių javų dribsnių kruopų košė su obuoliais ir cinamonu /tausojantis/, varškės sūris su medumi, pienas	Kvietinių kruopų košė /augalinis, tausojantis/, varškė su kefyru ir trintais vaisiais, arbatžolių arbata /nesaldinta/, vaisiai	Virti viso grūdo makaronai /augalinis, tausojantis/, fermentinis sūris, vaisiai	Avižinių dribsnių košė /augalinis, tausojantis/, trinti vaisiai/uogos, trinta varškė su braškėmis, arbatžolių arbata /nesaldinta/
Pietūs	Agurkų sriuba su daržovėmis /augalinis, tausojantis/, pilno grūdo duona, maltas paukštiesos kepsnys /tausojantis/, virti ryžiai su ciberžolė /tausojantis/, pekino kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais ir aliejumi /augalinis/, pomidoras, vaisiai	Burokėlių sriuba su grietine /tausojantis/, pilno grūdo duona, kepti kalakutienos kepsneliai /tausojantis/, daržovių padažas /tausojantis/, troškintos bulvės su daržovėmis /tausojantis/, pomidorų ir agurkų salotos su aliejumi /augalinis/, vaisiai	Kopūstų sriuba su daržovėmis /augalinis, tausojantis/, pilno grūdo duona, kiaulienos, ryžių ir daržovių kukuliai /tausojantis/, pomidorų-grietinės padažas /tausojantis/, virtos bulvės /augalinis, tausojantis/, burokėlių salotos su žirneliais, agurkais ir aliejumi /augalinis/, vaisiai	Pupelių sriuba su daržovėmis /augalinis, tausojantis/, pilno grūdo duona, kepta laišos filė arba kepti laišos medalionai /tausojantis/, daržovių padažas /tausojantis/, virti griekiai /tausojantis/, agurkas, pomidoras	Kruopų sriuba su pomidorais /augalinis, tausojantis/, pilno grūdo duona, troškinta jautiena su daržovėmis /tausojantis/, virtos bulvės /augalinis, tausojantis/, morkų salotos su obuoliais ir aliejumi /augalinis/, agurkas, vaisiai
Pavakariai	Bulvių ir varškės kukuliai /tausojantis/, grietinė, arbatžolių arbata /nesaldinta/	Virti varškėčiai /tausojantis/, grietinė, arbatžolių arbata /nesaldinta/	Bananų ir obuolių sklandžiai, trintos uogos/vaisiai, arbatžolių arbata /nesaldinta/	Kepti varškės ir cukinijų paploteliai /tausojantis/, trintos uogos/vaisiai, arbatžolių arbata /nesaldinta/	Omletas su cukinija ir fermentiniu sūriu /tausojantis/, pomidoras, pilno grūdo duona, arbatžolių arbata /nesaldinta/
Vakarienė	Varškės sklandžiai, trintos uogos, arbatžolių arbata /nesaldinta/	Virtų daržovių saltos, pieniška viso grūdo makaronų sriuba /tausojantis/, pilno grūdo duona, vaisiai	Virtinukai su varškė /tausojantis/, grietinė, pienas	Daržovių troškiny su dešrelėmis /tausojantis/, kefyras	Varškės, morku ir avižinių dribsnių blynai /tausojantis/, nesaldintas jogurtas, pienas, vaisiai

*DĖL PATIEKALŲ SUDĖTYJE ESANČIŲ ALERGIJĄ IR NETOLIARAVIMĄ SUKELIANČIŲ MEDŽIAGŲ TEIRAUTIS PAS MAITINIMO ADMINISTRATORĖ.

* Esant atitinkamoms sąlygoms valgiaraštis gali keistis.

Siauliu "Spindulio" ugdymo centras 20 dienų einamosios savaitės valgiaraštis

3 savaitė	Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis
Pusryčiai	Penkių javų drisniu košė su obuoliais ir cinamonu /tausojantis/, pilno grūdo duona su sviestu ir fermentiniu sūriu, arbatžolių arbata /nesaldinta/, vaisiai	Miežinių kruopų košė /tausojantis/, varškė su kefyru ir trintais vaisiais/uogomis, arbatžolių arbata /nesaldinta/, vaisiai	Avižinių dribsnių košė /augalinis, tausojantis/, uogienė, pilno grūdo duona su sviestu ir kiaušiniu, arbatžolių arbata /nesaldinta/, vaisiai	Manų kruopų košė /tausojantis/, uogienė, smulkintys bananai su uogomis, arbatžolių arbata /nesaldinta/, vaisiai	Grikių kruopų košė /augalinis, tausojantis/, pilno grūdo batonas su sviestu ir varškės sūriu, arbatžolių arbata /nesaldinta/, vaisiai
Pietūs	Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba /augalinis, tausojantis/, pilno grūdo duona, kalakutienos kukuliai /tausojantis/, daržovių padažas /tausojantis/, virti griekiai /tausojantis/, pekino kopūstų salotos su pomidorais, agurkais ir aliejumi /augalinis/, agurkas, vaisiai	Žirnių sriuba su daržovėmis /augalinis, tausojantis/, pilno grūdo duona, maltas kiaušienos kepsnys /tausojantis/, troškintos bulvės su daržovėmis /tausojantis/, kopūstų salotos su pomidorais ir aliejumi /augalinis/, agurkas, vaisiai	Agurkų sriuba su daržovėmis /tausojantis/, pilno grūdo duona, kepti vištienos gabaliukai su daržovėmis /tausojantis/, virti ryžiai su ciberžolė /tausojantis/, salotos su ridikėliais, pomidorais ir aliejumi /augalinis/, agurkas, vaisiai	Pupelių sriuba su daržovėmis /augalinis, tausojantis/, pilno grūdo duona, maltos žuvies kepsnys /tausojantis/, virti viso grūdo makaronai /tausojantis/, burokėlių salotos su agurkais, žirneliais ir aliejumi /augalinis/, agurkas, vaisiai	Burokėlių sriuba su grietine /tausojantis/, pilno grūdo duona, ryžių troškiny su jautiena ir daržovėmis /tausojantis/, pomidorų, agurkų salotos su aliejumi /augalinis/, vaisiai
Pavakariai	Virti viso grūdo makaronai /augalinis, tausojantis/, fermentinis sūris, arbatžolių arbata /nesaldinta/, vaisiai	Pieniškasis grikių sriuba /tausojantis/, pyragas su persikais ir bananais /tausojantis/	Virtų bulvių didžkukuliai su varškė /tausojantis, grietinė, arbatžolių arbata /nesaldinta/	Kiaušienos troškiny su kopūstais /tausojantis/, virtos bulvės, arbatžolių arbata /nesaldinta/	Omletas /tausojantis/, agurkas, pilno grūdo duona, arbatžolių arbata /nesaldinta/
Vakarienė	Virtinukai su varškė /tausojantis/, grietinė, arbatžolių arbata /nesaldinta/	Lietiniai su varškė, trintos uogos, arbatžolių arbata /nesaldinta/, vaisiai	Virtų daržovių salotos, bulvių sriuba su mėsos kukuliais /tausojantis/, pilno grūdo duona, vaisiai	Obuolių sklandžiai, trintos uogos, pienas	Daržovių troškiny su bulvėmis /augalinis, tausojantis/, burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi /augalinis/, kefyras, vaisiai

*DĖL PATIEKALŲ SUDĖTYJE ESANČIŲ ALERGIJŲ IR NETOLIARAVIMŲ SUKELIANČIŲ MEDŽIAGŲ TEIRAUTIS PAS MAITINIMO ADMINISTRATORĖ.

* Esant atitinkamoms sąlygoms valgiaraštis gali keistis.

Šiaulių "Spindulio" ugdymo centras 20 dienų einamosios savaitės valgiaraštis

4 savaitė	Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis
Pusryčiai	Miežinių kruopų košė /augalinis, tausojantis/, pilno grūdo duona su sviestu ir kiaušiniu pienas, vaisiai	Manų kruopų košė /tausojantis/, uogienė, smulkinti bananai su uogomis /augalinis/, pienas	Omletas /tausojantis/, agurkas, pilno grūdo duona, kefyras, vaisiai	Avižinių dribsnių košė /augalinis, tausojantis/, uogienė, smulkinti bananai su uogomis /augalinis/, pienas, vaisiai	Virti viso grūdo makaronai /augalinis, tausojantis/, fermentinis sūris, grūdų traputis su varškės užtepu, arbatžolių arbata /nesaldinta/, vaisiai
Pietūs	Daržovių ir viso grūdo makaronų sriuba /augalinis, tausojantis/, pilno grūdo duona, vištienos kukulis su morkomis /tausojantis/, daržovių padažas /tausojantis/, virti ryžiai su ciberžolė /tausojantis/, kopūstų salotos su morkomis ir aliejumi /augalinis/, pomidoras ,	Rūgštynių sriuba /augalinis, tausojantis/, nesaldintas jogurtas, pilno grūdo duona, kalakutienos mėsos ir daržovių troškiny su /tausojantis/, burokėlių salotos su žirneliais ir aliejumi /augalinis/, pomidoras, vaisiai	Agurkų sriuba /augalinis, tausojantis/, pilno grūdo duona, kiaušienos kukuliai su avižių sėlenomis ir obuoliais /tausojantis/, bulvių košė /tausojantis/, morkų salotos su aliejumi /augalinis/, agurkas, vaisiai	Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba /augalinis, tausojantis/, pilno grūdo duona, maltos žuvies pjausnys /tausojantis/, daržovių padažas /tausojantis/, virtos bulvės /augalinis, tausojantis/, agurkų ir pomidorų salotos su aliejumi /augalinis/	Žirnių sriuba su daržovėmis /augalinis, tausojantis/, pilno grūdo duona, kiaušienos kukuliai su burokėliais /tausojantis/, morkų, svogūnų ir česnakų padažas su ciberžolė /augalinis, tausojantis/ virti griekiai /tausojantis/, cukinijų, agurkų, morkų salotos su aliejumi /augalinis/, vaisiai
Pavakariai	Trinta varškė su braškėmis, vaisiai arbatžolių arbata /nesaldinta/	Virti varškėčiai /tausojantis/, grietinė, arbatžolių arbata /nesaldinta/	Kepti cukinijų blynai, trinti vaisiai/uogos/, arbatžolių arbata /nesaldinta/	Varškės sklandžiai, trintos uogos, arbatžolių arbata /nesaldinta/	Daržovių troškiny su dešrelėmis /tausojantis/, kefyras
Vakarienė	Virtų daržovių salotos, pieniškas grikių sriuba /tausojantis/, pilno grūdo duona	Obuolių sklandžiai, trintos uogos/vaisiai, pienas	Virtinukai su varškė /tausojantis/, grietinė, pienas	Virtų bulvių cepelinai su mėsa /tausojantis/, sviesto-grietinės padažas, kefyras	Kukurūzų kruopų apkepęs /tausojantis/, uogienė, pienas

*DĖL PATIEKALŲ SUDĖTYJE ESANČIŲ ALERGIJŲ IR NETOLIARAVIMŲ SUKELIANČIŲ MEDŽIAGŲ TEIRAUTIS PAS MAITINIMO ADMINISTRATORĖ.

* Esant atitinkamoms sąlygoms valgiaraštis gali keistis.