

PATVIRTINTA

Kalėjimų departamento prie Lietuvos Respublikos
teisingumo ministerijos direktoriaus 2017 m. lapkričio 7 d.
įsakymu Nr. V-447

VALGIARAŠTIS NEPILNAMEČIAMS

Mėnesio diena	Patiekalų pavadinimas ir svoris gramais							
	PUSRYČIAI		PIETŪS		PAVAKARIAI		VAKARIENĖ	
1	2		3		4		5	
1	Perlinių kruopų košė	200	Žirnių sriuba	500	Duona (juoda)	100	Kepta žuvis	100
	Pienas	200	Kiauliena, troškinta su		Sviestas	10	Bulvių košė	200
	Duona (balta)	100	kopūstais	100	Varškė	100	Burokėlių salotos (1)	100
	Sviestas	10	Makaronų košė	200	Džemas	30	Sviestas	10
	Fermentinis sūris	30	Duona (juoda)	100	Kakava su pienu	200	Batonas	100
	Arbata su cukrumi	200	Kompotas	200			Arbata su cukrumi	200
	Natūralus medus	30	Obuolys	100			Bananas	130
2	Miežinių kruopų košė	200	Valstiečių sriuba	500	Bandelė (saldi)	100	Makaronų apkepas	100
	Pienas	200	Guliašas iš galvijų širdžių	100	Džemas	30	Grietinė	20
	Duona (balta)	100	Kvietinių kruopų košė	200	Varškė	100	Duona (juoda)	100
	Sviestas	10	Burokėlių salotos (1)	100	Obuolys	100	Bandelė (saldi)	100
	Fermentinis sūris	30	Duona (juoda)	100	Arbata su cukrumi	200	Geriamasis jogurtas	200
	VafLIAI	70	Kompotas	200			Arbata su cukrumi	200
	Kakava su pienu	200	Apelsinas	120				
3	Virti kiaušiniai	2 vnt.	Burokėlių sriuba su bulvėmis	500	Manų košė	200	Kepti varškėčiai	100
	Duona (balta)	100	Virtos dešrelės	120	Džemas	30	Grietinė	20
	Sviestas	10	Perlinių kruopų košė	200	Arbata su cukrumi	200	Duona (juoda)	100
	Sausainiai	50	Pomidorų padažas	20	Saldus varškės sūrelis	100	Bandelė (saldi)	100
	Arbata su cukrumi	200	Agurkai	120			Sviestas	10
			Duona (juoda)	100			Arbata su cukrumi	200
			Kisieliūs	200			Obuolys	100
			Obuolys	100				

1	2		3		4		5	
4	Kvietinių kruopų košė	200	Agurkų sriuba	500	Duona (juoda)	100	Žuvies kotletas	100
	Batonas	100	Plovos	200	Sviestas	10	Bulvių košė	200
	Fermentinis sūris	30	Burokėlių salotos (1)	100	Kiaušinis	1 vnt.	Šviežių kopūstų salotos	100
	Sviestas	10	Duona (juoda)	100	Arbata su cukrumi	200	Duona (balta)	100
	Jogurtas	150	Kompotas	200			Sviestas	10
	Arbata su cukrumi	200	Bananas	130			Arbata su cukrumi	200
							Obuolys	100
5	Avižinių dribsnių košė	200	Ryžių sriuba		Virta dešra	50	Makaronų košė	200
	Džemas	30	su pomidorų padažu	500	Agurkai	100	Varškė	100
	Duona (balta)	100	Troškinta kiauliena	100	Duona (juoda)	100	Sviestas	10
	Sviestas	10	Virtos bulvės	200	Sviestas	10	Batonas	100
	Karštai rūkyta dešra	30	Burokėlių salotos (2)	100	Arbata su cukrumi	200	VafLIAI	70
	Arbata su cukrumi	200	Duona (juoda)	100			Natūralus medus	30
			Kompotas	200			Arbata su cukrumi	200
			Apelsinai	120			Obuolys	100
6	Ryžių kruopų košė	200	Raugintų kopūstų sriuba su		Duona (juoda)	100	Kepta žuvis	100
	Sviestas	10	bulvėmis	500	Sviestas	10	Bulvių košė	200
	Duona (balta)	100	Žirnių šustinė	200	Virta dešra	50	Burokėlių salotos (1)	100
	Fermentinis sūris	30	Morkų salotos	100	Glaistytas sūrelis	45	Sviestas	10
	Kakava su pienu	200	Duona (juoda)	100	Arbata su cukrumi	200	Duona (juoda)	100
	Geriamasis jogurtas	200	Kompotas	200			Meduoliai	50
			Obuolys	100			Arbata su cukrumi	200
							Obuolys	100
7	Makaronų košė	200	Žirnių sriuba	500	Duona (juoda)	100	Virtos bulvės	200
	Pienas	200	Kiaulienos maltiniai	100	Sviestas	10	Silkė su actu ir svogūnais	100
	Duona (balta)	100	Perlinių kruopų košė	200	Fermentinis sūris	30	Batonas	100
	Sviestas	10	Šviežių kopūstų salotos	100	Kakava su pienu	200	Sviestas	10
	Arbata su cukrumi	200	Duona (juoda)	100			VafLIAI	70
			Kompotas	200			Arbata su cukrumi	200
			Bananas	130			Obuolys	100

1	2		3		4		5	
8	Virti kiaušiniai	2 vnt.	Makaronų sriuba	500	Pienas	200	Manų kruopų košė	200
	Duona (balta)	100	Virtos dešrelės	120	Bandelė (saldi)	100	Sviestas	10
	Sviestas	10	Kvietinių kruopų košė	200	Glaistytas sūrelis	45	Batonas	100
	Sausi pusryčiai	50	Pomidorų padažas	20			Fermentinis sūris	30
	Geriamasis jogurtas	200	Morkų salotos	100			Arbata su cukrumi	200
	Arbata su cukrumi	200	Duona (juoda)	100			Džemas	30
			Kisielius	200			Obuolys	100
			Mandarinai	120				
9	Ryžių kruopų košė	200	Šviežių kopūstų sriuba su		Kefyras	200	Kepta žuvis	100
	Duona (balta)	100	bulvėmis	500	Bandelė (saldi)	100	Makaronų košė	200
	Sviestas	10	Guliašas iš galvijų širdžių	100	Sausainiai	50	Šviežių kopūstų salotos	
	Fermentinis sūris	30	Bulvių košė	200			su morkomis	100
	Traškučiai	50	Burokėlių salotos (2)	100			Batonas	100
	Natūralus medus	30	Duona (juoda)	100			Sviestas	10
	Arbata su cukrumi	200	Kompotas	200			Arbata su cukrumi	200
			Apelsinai	120			Obuolys	100
10	Virti kiaušiniai	2 vnt.	Žirnių sriuba	500	Duona (juoda)	100	Varškės ir ryžių apkepas	100
	Duona (balta)	100	Plovas	200	Sviestas	10	Grietinė	20
	Sviestas	10	Burokėlių salotos (1)	100	Fermentinis sūris	30	Batonas	100
	Geriamasis jogurtas	200	Duona (juoda)	100	Arbata su cukrumi	200	Vafiliai	70
	Kakava su pienu	200	Kisielius	200	Obuolys	100	Arbata su cukrumi	200
			Obuolys	100				
11	Kvietinių kruopų košė	200	Agurkų sriuba	500	Duona (juoda)	100	Makaronų apkepas	100
	Pienas	200	Žirnių šustinė	200	Sviestas	10	Grietinė	20
	Duona (balta)	100	Agurkai	120	Virtas kiaušinis	1 vnt.	Sviestas	10
	Sviestas	10	Duona (juoda)	100	Geriamasis jogurtas	200	Batonas	100
	Fermentinis sūris	30	Kompotas	200	Arbata su cukrumi	200	Saldus varškės sūrelis	100
	Arbata su cukrumi	200	Bananai	130			Arbata su cukrumi	200
	Obuolys	100						

1	2		3		4		5	
12	Grikių kruopų košė	200	Ryžių sriuba su		Duona (balta)	100	Kepta žuvis	100
	Sviestas	10	pomidorų padažu	500	Sviestas	10	Bulvių košė	200
	Duona (balta)	100	Guliašas iš galvijų širdžių	100	Virta dešra	50	Batonas	100
	Fermentinis sūris	30	Kvietinių kruopų košė	200	Arbata su cukrumi	200	Sviestas	10
	Jogurtas	150	Burokėlių salotos (1)	100			Meduoliai	100
	Arbata su cukrumi	200	Duona (juoda)	100			Arbata su cukrumi	200
			Kompotas	200			Obuoliai	100
			Apelsinai	120				
13	Ryžių kruopų košė	200	Valstiečių sriuba	500	Bandelė (saldi)	100	Troškintos daržovės	200
	Duona (balta)	100	Grikių kruopų košė su dešra	200	Varškė	100	Karštai rūkyta dešra	30
	Sviestas	10	Burokėlių salotos (1)	100	Arbata su cukrumi	200	Batonas	100
	Pienas	200	Duona (juoda)	100	Obuolys	100	Sviestas	10
	Natūralus medus	30	Kompotas	200			Arbata su cukrumi	200
	Arbata su cukrumi	200	Mandarinai	120			Kefyras	200
14	Kvietinių kruopų košė	200	Žirnių sriuba	500	Batonas	100	Makaronai	
	Duona (balta)	100	Virtos dešrelės	120	Sviestas	10	su pomidorų padažu	200
	Sviestas	10	Bulvių košė	200	Karštai rūkyta dešra	30	Duona (juoda)	100
	Fermentinis sūris	30	Pomidorų padažas	20	Arbata su cukrumi	200	Sviestas	10
	Pienas	200	Šviežių kopūstų salotos	100			Arbata su cukrumi	200
	Arbata su cukrumi	200	Duona (juoda)	100			Obuolys	100
			Kompotas	200				
			Bananai	130				
15	Manų kruopų košė	200	Šviežių kopūstų sriuba su		Duona (juoda)	100	Miltiniai sklindžiai	100
	Duona (balta)	100	bulvėmis	500	Sviestas	10	Grietinė	20
	Sviestas	10	Plovas	200	Virta dešra	50	Duona (balta)	100
	Fermentinis sūris	30	Burokėlių salotos (2)	100	Kompotas	200	Sviestas	10
	Džemas	30	Duona (juoda)	100	Obuolys	100	Geriamasis jogurtas	200
	Arbata su cukrumi	200	Kompotas	200			Arbata su cukrumi	200
			Mandarinai	120				

1	2		3		4		5	
16	Virti kiaušiniai	2 vnt.	Burokėlių sriuba		Duona (juoda)	100	Virtos bulvės	250
	Fermentinis sūris	30	su bulvėmis	500	Sviestas	10	Silkė su actu ir svogūnais	100
	Duona (balta)	100	Kiaulienos maltiniai	100	Karštai rūkyta dešra	30	Burokėlių salotos (2)	100
	Sviestas	10	Makaronų košė	200	Arbata su cukrumi	200	Batonas	100
	Glaistytas sūrelis	45	Šviežių kopūstų salotos		Obuolys	100	Sviestas	10
	Kakava su pienu	200	su morkomis	100			VafLIAI	70
			Duona (juoda)	100			Arbata su cukrumi	200
			Kompotas	200				
			Apelsinai	120				
17	Ryžių kruopų košė	200	Agurkų sriuba	500	Duona (balta)	100	Omletas su svogūnais	100
	Pienas	200	Žirnių šustinė	200	Sviestas	10	Agurkai	60
	Duona (balta)	100	Šviežių kopūstų salotos	100	Varškė	100	Duona (juoda)	100
	Sviestas	10	Duona (juoda)	100	Natūralus medus	30	Sviestas	10
	Jogurtas	150	Kompotas	200	Kakava su pienu	200	Meduoliai	100
	Arbata su cukrumi	200	Bananas	130			Fermentinis sūris	30
							Arbata su cukrumi	200
18	Perlinių kruopų košė	200	Rūgštynių sriuba su bulvėmis	500	Pienas	200	Manų kruopų košė	200
	Pienas	200	Plovas	200	Bandelė (saldi)	100	Džemas	30
	Duona (balta)	100	Morkų salotos	100			Duona (balta)	100
	Sviestas	10	Duona (juoda)	100			Virta dešra	50
	Fermentinis sūris	30	Kompotas	200			Sviestas	10
	Sausainiai	50	Obuolys	100			Arbata su cukrumi	200
	Arbata su cukrumi	200					Obuolys	100
19	Kvietinių kruopų košė	200	Žirnių sriuba	500	Duona (juoda)	100	Ryžių kruopų košė	200
	Duona (balta)	100	Kiaulienos guliašas	100	Sviestas	10	Duona (balta)	100
	Sviestas	10	Virtos bulvės	200	Virta dešra	50	Karštai rūkyta dešra	30
	Fermentinis sūris	30	Raugintų kopūstų salotos	100	Arbata su cukrumi	200	Bandelė (saldi)	100
	Geriamasis jogurtas	200	Duona (juoda)	100	Švieži vaisiai arba uogos	150	Sviestas	10
	Arbata su cukrumi	200	Kompotas	200			Arbata su cukrumi	200
			Apelsinai	120				

1	2		3		4		5	
20	Kvietinių kruopų košė	200	Burokėlių sriuba su bulvėmis	500	Burokėlių mišrainė su silke	100/50	Omletas su dešra	100
	Pienas	200	Grikių košė su dešra	200	Duona (juoda)	100	Agurkai	60
	Duona (balta)	100	Šviežių kopūstų salotos	100	Sviestas	10	Sviestas	15
	Sviestas	10	Duona (juoda)	100	Arbata su cukrumi	200	Virta dešra	50
	VafLIAI	70	Kompotas	200			Batonas	100
	Arbata su cukrumi	200	Bananai	130			Arbata su cukrumi	200
							Obuolys	100
21	Virti kiaušiniai	2 vnt.	Bulvių sriuba	500	Manų košė	200	Žuvies kotletai	100
	Duona (balta)	100	Virtos dešrelės	120	Bandelė (saldi)	100	Bulvių košė	200
	Sviestas	10	Kvietinių kruopų košė	200	Džemas	30	Raugintų kopūstų salotos	100
	Fermentinis sūris	30	Pomidorų padažas	20	Arbata su cukrumi	200	Duona (juoda)	100
	Geriamasis jogurtas	200	Burokėlių salotos (2)	100			Sviestas	10
	Kakava su pienu	200	Duona (juoda)	100			Arbata su cukrumi	200
			Kompotas	200			Obuolys	100
			Obuolys	100				
22	Kvietinių kruopų košė	200	Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis	500	Batonas	100	Makaronų apkepas	100
	Sviestas	10	Plovas	200	Sviestas	10	Grietinė	20
	Virta dešra	50	Šviežių kopūstų salotos	100	Varškė su grietine	100/20	Batonas	100
	Duona (balta)	100	Duona (juoda)	100	Kakava su pienu	200	Karštai rūkyta dešra	30
	Natūralus medus	30	Kompotas	200			Sviestas	10
	Pienas	200	Mandarinai	120			Meduoliai	100
	Arbata su cukrumi	200					Kefyras	200
							Obuolys	100
23	Miežinių kruopų košė	200	Rūgštynių sriuba su bulvėmis	500	Pienas	200	Kepta žuvis	100
	Duona (balta)	100	Žemaičių blynai	150	Batonas	100	Bulvių košė	200
	Sviestas	10	Grietinė	20	Sausi pusryčiai	50	Burokėlių salotos (1)	100
	Fermentinis sūris	30	Duona (juoda)	100	Džemas	30	Batonas	100
	Jogurtas	150	Kompotas	200			Sviestas	10
	Arbata su cukrumi	200	Obuolys	100			Karštai rūkyta dešra	30
							Arbata su cukrumi	200
							Obuolys	100

1	2		3		4		5	
24	Perlinių kruopų košė	200	Agurkų sriuba	500	Varškė	100	Ryžių kruopų košė	200
	Duona (balta)	100	Žuvies kotletai	150	Arbata su cukrumi	200	Duona (juoda)	100
	Sviestas	10	Virtos bulvės	200			Sviestas	10
	Virta dešra	50	Burokėlių salotos (2)	100			Fermentinis sūris	30
	Pienas	200	Duona (juoda)	100			Arbata su cukrumi	200
	Arbata su cukrumi	200	Kompotas	200			Pienas	200
			Bananai	130			Obuolys	100
25	Virti kiaušiniai	2 vnt.	Burokėlių sriuba		Manų kruopų košė	200	Kepti varškėčiai	100
	Batonas	100	su bulvėmis	500	Džemas	30	Grietinė	20
	Karštai rūkyta dešra	30	Kiaulienos maltiniai	100	Arbata su cukrumi	200	Duona (juoda)	100
	Sviestas	10	Virtos bulvės	200			Sviestas	10
	Arbata su cukrumi	200	Agurkai	120			Virta dešra	50
			Duona (juoda)	100			Arbata su cukrumi	200
			Kompotas	200			Obuolys	100
			Apelsinai	120				
26	Kvietinių kruopų košė	200	Žirnių sriuba	500	Duona (balta)	100	Žuvies kotletai	100
	Batonas	100	Virtos dešrelės	120	Sviestas	10	Bulvių košė	200
	Sviestas	10	Pomidorų padažas	20	Virta dešra	50	Karštai rūkyta dešra	30
	Fermentinis sūris	30	Perlinių kruopų košė	200	Arbata su cukrumi	200	Batonas	100
	Geriamasis jogurtas	200	Raugintų kopūstų salotos	100			Sviestas	10
	Arbata su cukrumi	200	Duona (juoda)	100			Arbata su cukrumi	200
			Kompotas	200				
			Obuolys	100				
27	Manų kruopų košė	200	Makaronų sriuba	500	Duona (balta)	100	Troškintos daržovės	200
	Duona (balta)	100	Žirnių šustinė	200	Sviestas	10	Sviestas	10
	Sviestas	10	Šviežių kopūstų salotos		Fermentinis sūris	30	Batonas	100
	Karštai rūkyta dešra	30	su morkomis	100	Arbata su cukrumi	200	Traškučiai	50
	Kakava su pienu	200	Duona (juoda)	100			Kefyras	200
			Kisielius	200			Arbata su cukrumi	200
			Mandarinai	120			Obuolys	100

1	2		3		4		5	
28	Kvietinių kruopų košė	200	Pieniška grikių kruopų sriuba	500	Duona (juoda)	100	Makaronų košė	200
	Pienas	200	Kiauliena,		Virta dešra	50	Batonas	100
	Duona (balta)	100	troškinta su kopūstais	100	Sviestas	15	Pienas	200
	Sviestas	10	Virtos bulvės	200	Arbata su cukrumi	200	Sausi pusryčiai	50
	Fermentinis sūris	30	Duona (juoda)	100			Arbata su cukrumi	200
	Arbata su cukrumi	200	Kompotas	200			Obuolys	100
			Obuolys	100				
29	Perlinių kruopų košė	200	Ryžių sriuba		Varškė	100	Kepta žuvis	100
	Duona (balta)	100	su pomidorų padažu	500	Džemas	30	Bulvių košė	200
	Sviestas	10	Grikių kruopų košė su dešra	200	Bandelė (saldi)	100	Burokėlių salotos (2)	100
	Fermentinis sūris	30	Agurkai	120	Kefyras	200	Duona (juoda)	100
	VafLIAI	70	Duona (juoda)	100			Meduoliai	100
	Arbata su cukrumi	200	Kompotas	200			Sviestas	10
			Apelsinai	120			Arbata su cukrumi	200
							Obuolys	100
30	Avižinių dribsnių košė	200	Agurkų sriuba	500	Batonas	100	Varškė su grietine	100/20
	Duona (balta)	100	Žemaičių blynai	150	Sviestas	10	Bulvių košė	200
	Fermentinis sūris	30	Grietinė	20	Glaistytas sūrelis	45	Sviestas	10
	Sviestas	10	Duona (juoda)	100	Arbata su cukrumi	200	Virta dešra	50
	Arbata su cukrumi	200	Kompotas	200			Batonas	100
			Obuolys	100			Arbata su cukrumi	200
							Obuolys	100
31	Virti kiaušiniai	2 vnt.	Žirnių sriuba	500	Duona (juoda)	100	Miežinių kruopų košė	200
	Duona (balta)	100	Guliašas iš galvijų širdžių	100	Sviestas	10	Batonas	100
	Sviestas	10	Kvietinių kruopų košė	200	Virta dešra	50	Sviestas	10
	Fermentinis sūris	30	Burokėlių salotos (1)	100	Natūralus medus	30	Karštai rūkyta dešra	30
	Arbata su cukrumi	200	Duona (juoda)	100	Kakava su pienu	200	Pienas	200
			Kompotas	200			Arbata su cukrumi	200
			Bananai	130			Obuolys	100

Pastabos:

1. Sviestas dozuojamas dozatoriumi.
 2. Dešrelės patiekiamos 60 g svorio.
 3. Mėnesio laikotarpiu patiekalai gali būti sukeičiami vietomis.
 4. Patiekalų svorių paklaidos galimos iki 5 proc. patiekalo svorio, obuolių 10 proc.
 5. Esant gydytojų rekomendacijoms, maistas gali būti sutrinamas.
 6. Atliekant kontrolinius patikrinimus, tikrinama ne mažiau kaip 10 porcijų ir išvedamas aritmetinis vidurkis.
 7. Nepilnamečių raciono maisto produktų kiekiai (gramais) nurodyti valgiaraščio 1 priede.
 8. Nepilnamečių 31 dienos maisto davinio cheminė sudėtis nurodyta valgiaraščio 2 priede.
 9. Dienos maisto davinio cheminė sudėtis gali skirtis nuo patvirtintos iki 10 %.
 10. Kviečiai, rugiai, miežiai, avižos ir jų produktai, kiaušiniai ir jų produktai, žuvis ir jų produktai, pienas ir jo produktai kai kurių asmenų gali būti netoleruojami arba sukelti alergiją.
-