

Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos
aprašo 8 priedas

Šilutės lopšelio – darželio „Žvaigždutė“, V. Kudirkos g. 20, Šilutė LT - 99121
(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 BE PIENO PRODUKTŲ

4-7 metų
(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7:00 iki 17:30 val.

TVIRTINU

Direktorė Alicia Odinbergienė

(parašas)

2026-05-25



1 savaitė
Pirmadienis

Maitinimas 8:16-8:50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
^{1, 8} Kvietinių kruopų košė (su augaliniu migdolų gėrimu) (tausojantis)	III.4	200	5,16	1,24	31,4	179,38
¹ Ruginė duona (viso grūdo) su sviestu (augaliniu) ir pomidoru	XI.17	35/8/25	2,56	8,5	17,92	155,44
**Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.1	100	0,72	0,28	13,7	55
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
Iš viso:			8,44	10,02	63,02	389,82

Maitinimas 11:46-12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal*
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščiai su pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	II.1	150	2,77	3,19	17,98	107,63
¹ Ruginė duona (viso grūdo)	XI.8	20	1,32	0,26	9,64	44,6
Ryžių – kiaulienos plovas (su augaliniu sviestu) (tausojantis)	I.1	50/150	17,76	15,5	33,76	367,17
Šviežias agurkas	VII.4	50	0,4	0,1	1,15	5,5
Pomidorai	VII.6	50	0,5	0,1	2,05	8,5
Vanduo	IX.12	200	0	0	0	0
Iš viso:			22,75	19,15	64,58	533,4

Maitinimas 15:16-15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bulvių, morkų ir žirnių troškiny (tausojantis) (augalinis)	I.22	180	7,75	3,7	29,88	207,9
Marinuoti agurkai	VII.3	40	0,12	0,08	0,92	4,4
⁸ Augalinis migdolų gėrimas	IX.16	150	0,3	3	2,85	40,5
**Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.1	120	0,86	0,33	16,44	66
Iš viso:			9,03	7,11	50,09	318,8
Iš viso (dienos davinio):			40,22	36,28	177,69	1242,02

*neprivaloma nurodyti bendrojo ugdymo programos vykdančioms įstaigoms, organizuojančioms tik pietus. Pritaikyto maitinimo valgiaraščiams ši išimtis netaikoma.

**Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

***Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

Parengė Šilutės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro visuomenės sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje Neringa Paičiūtė – Bubulienė

TVIRTINU

Direktoriė Alicija Gudbergienė

(parašas)

2026-05-25



1 savaitė
Antradienis

Maitinimas 8:16-8:50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
^{1, 8} Manų košė su cinamonu (su augaliniu migdolų gėrimu) (tausojantis)	III.6	200	4,04	4,09	33,91	190,59
^{1, 6, 7, 9, 10} Ruginė duona (viso grūdo) su sviestu (augaliniu) ir virta dešra	XI.32	25/5/20	3,71	10,71	12,21	157,83
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
Iš viso:			7,75	14,8	46,12	348,42

Maitinimas 11:46-12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal*
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (augalinis) (tausojantis)	II.22	150	1,15	3,18	9,48	68,46
¹ Ruginė duona (viso grūdo)	XI.8	30	1,98	0,39	14,46	66,9
^{1, 3} Virti jautienos kukuliukai (tausojantis)	I.2	80	13,16	7,13	8,8	199,53
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	VI.1	60	1,33	0,06	11,38	50,44
Morkų salotos su česnakais	VII.21	50	0,56	2,91	4,84	42,56
Raugintų kopūstų salotos su sėmenų aliejumi	VII.11	60	0,51	3,29	2,74	41,73
**Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.1	100	0,72	0,28	13,7	55
Vanduo	IX.12	200	0	0	0	0
Iš viso:			19,41	17,24	65,4	524,62

Maitinimas 15:16-15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
^{1, 3, 8} Sklandžiai su obuoliais ir bananais (su augaliniu migdolų gėrimu) (tausojantis)	V.21	120	7,81	12,55	37,06	305,64
Uogų padažas	X.1	35	0,35	0	8,72	27,8
Nesaldinta arbata (žolelės/arbatažolės)	IX.15	200	0	0	0	0
Iš viso:			8,16	12,55	45,78	333,44
Iš viso (dienos davinio):			35,32	44,59	157,3	1206,48

*neprivaloma nurodyti bendrojo ugdymo programas vykdančioms įstaigoms, organizuojančioms tik pietus. Pritaikyto maitinimo valgiaraščiams ši išimtis netaikoma.

**Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

***Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

Parengė Šilutės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro visuomenės sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje Neringa Paičiūtė – Bubulienė

TVIRTINU

Direktoriė Alicija Odinbergienė

(parašas)

2026-05-25



I savaitė
Trečiadienis

Maitinimas 8:16-8:50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
^{1, 8} Perlinių kruopų košė (su augaliniu migdolų gėrimu) (tausojantis)	III.9	200	4,62	1,3	39,41	180,8
¹ Šviesi duona (viso grūdo) su sviestu (augaliniu) ir	XI.4	35/8/20	2	8,27	19,53	155,49
**Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.1	80	0,57	0,22	10,96	44
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
Iš viso:			7,19	9,79	69,9	380,29

Maitinimas 11:46-12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal*
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	II.7	150	1,92	3,03	12,75	83,73
¹ Ruginė duona (viso grūdo)	XII.8	35	2,31	0,45	16,87	78,05
^{1, 3, 4} Maltas keptas (konvekciniėje) žuvies maltinis (tausojantis) (sterkas)	I.57	75	18,47	9,24	7,93	186,86
Bulvių košė be pieno produktų (augalinis) (tausojantis)	VI.17	70	1,56	0,07	13,27	58,84
Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais	VII.7	60	1,24	2,65	3,89	42
Šviežias agurkas	VII.4	30	0,24	0,06	0,69	3,3
Vanduo su mėta	IX.8	200	0,12	0,04	0,32	1,76

Iš viso:	25,86	15,54	55,72	454,54
----------	-------	-------	-------	--------

Maitinimas 15:16-15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
^{1, 3, 8} Blynėliai su augaliniu migdolų gėrimu	V.22	120	7,45	10,94	42,07	293,2
Uogų padažas	X.1	30	0,3	0	7,33	23,83
⁸ Augalinis migdolų gėrimas	IX.16	150	0,3	3	2,85	40,5
**Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.1	60	0,43	0,17	8,22	33
Iš viso:			8,48	14,11	60,47	390,53
Iš viso (dienos davinio):			41,53	39,44	186,09	1225,36

*neprivaloma nurodyti bendrojo ugdymo programas vykdančioms įstaigoms, organizuojančioms tik pietus. Pritaikyto maitinimo valgiaraščiams ši išimtis netaikoma.

**Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

***Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

Parengė Šilutės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro visuomenės sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje Neringa Paičiūtė – Bubulienė

TVIRTINU

Direktoriė Alicija Odinbergienė

(parašas)

2026-05-25



I savaitė
Ketvirtadienis

Maitinimas 8:16-8:50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
⁸ Tiršta kukurūzų kruopų košė (su augaliniu migdolų gėrimu) (tausojantis)	III.21	200	3,6	1,23	35,22	170,14
Uogų padažas	X.1	30	0,3	0	7,33	23,83
¹ Ruginė duona (viso grūdo) su sviestu (augaliniu) ir	XI.21	35/8/20	2,45	8,45	17,43	152,69
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
Iš viso:			6,35	9,68	59,98	346,66

Maitinimas 11:46-12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal*
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	II.4	150	5,49	3,28	20,96	122,61
¹ Ruginė duona (viso grūdo)	XII.8	35	2,31	0,45	16,87	78,05
Kepta vištienos šlaunelė (tausojantis)	I.47	80	26,25	10	0,63	197,03
Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	VI.5	60	1,56	2,91	16,89	96,24
Morkų-obuolių salotos	VII.9	50	0,42	2,5	3,18	36,41
Pomidorai	VII.6	40	0,4	0,08	1,64	6,8
Vanduo	IX.12	200	0	0	0	0
Iš viso:			36,43	19,22	60,17	537,14

Maitinimas 15:16-15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
^{1, 8} Pieniška makaronų sriuba (su augaliniu migdolų gėrimu ir augaliniu	II.35	200	2,3	6,17	17,31	131,28
¹ Šviesi duona (viso grūdo) su sviestu	XI.1	35/8	1,86	8,27	18,97	152,69
**Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.1	150	1,08	0,42	20,55	82,5
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
Iš viso:			5,24	14,86	56,83	366,47
Iš viso (dienos davinio):			48,02	43,76	176,98	1250,27

* neprivaloma nurodyti bendrojo ugdymo programas vykdančioms įstaigoms, organizuojančioms tik pietus. Pritaikyto maitinimo valgiaraščiams ši išimtis netaikoma.

**Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

***Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

Parengė Šilutės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro visuomenės sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje Neringa Paičiūtė – Bubulienė



1 savaitė
 Penktadienis

Maitinimas 8:16-8:50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
^{1, 3, 8} Omletas (su augaliniu migdolų gėrimu; be jogurto) . (tausojantis)	VIII.6	100	8,92	12,43	5,07	167,73
¹ Ruginė duona (viso grūdo) su sviestu (augaliniu) ir	XI.17	35/8/25	2,56	8,5	17,92	155,44
**Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.1	100	0,72	0,28	13,7	55
Šviežias agurkas	VII.4	40	0,32	0,08	0,92	4,4
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
Iš viso:			12,52	21,29	37,61	382,57

Maitinimas 11:46-12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal*
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	II.8	150	1,69	3,46	14,87	101,9
¹ Kalakutienos guliašas (be grietinės) (tausojantis)	I.42	75/45	22,22	9,53	5,99	196,06
¹ Virti makaronai (kietųjų kviečių) (augalinis) (tausojantis)	VI.15	50	2,52	2,08	17,62	101,37
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos	VII.13	100	1,24	5,99	5,28	81,58
**Sultys natūralios (vaisių-daržovių)	IX.13	100	0,8	0,05	7,55	40
Iš viso:			28,47	21,11	51,31	520,91

Maitinimas 15:16-15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
⁸ Ryžių kruopų košė (su augaliniu migdolų gėrimu) (tausojantis)	III.10	200	3,38	1,05	38,66	179,23
¹ Šviesi duona (viso grūdo) su sviestu (augaliniu)	XI.1	35/8	1,86	8,27	18,97	152,69
Nesaldinta arbata (žolelių/arbatžolių)	IX.15	200	0	0	0	0
Iš viso:			5,24	9,32	57,63	331,92
Iš viso (dienos davinio):			46,23	51,72	146,55	1235,4

*neprivaloma nurodyti bendrojo ugdymo programas vykdančioms įstaigoms, organizuojančioms tik pietus. Pritaikyto maitinimo valgiaraščiams ši išimtis netaikoma.

**Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

***Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

Parengė Šilutės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro visuomenės sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje Neringa Paičiūtė – Bubulienė

TVIRTINU

Direktoriė Alina Odmburgienė

(parašas)

2026-05-25



2 savaitė
Pirmadienis

Maitinimas 8:16-8:50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
^{1,8} Miežinių kruopų košė su sviestu (augaliniu) (su augaliniu migdolų gerimu)	III.7	200	5,62	4,43	42,06	222,74
¹ Šviesi duona (viso grūdo) su sviestu (augaliniu) ir	XI.4	25/5/15	1,44	5,2	13,97	104,75
**Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.1	120	0,86	0,33	16,44	66
Kmynų arbata (nesaldinta)	IX.3	200	0	0	0	0
Iš viso:			7,92	9,96	72,47	393,49

Maitinimas 11:46-12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal*
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščiai su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	II.6	150	1,6	3,05	14,33	88,04
¹ Duona, viso grūdo, bemielė	XI.15	20	1,46	0,42	8,8	47,8
¹ Kiaulienos guliašas (be grietinės) (tausojantis)	I.15	75/45	21,51	10,88	5,69	234,36
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	VI.1	60	1,33	0,06	11,38	50,44
Troškinti morkų kubeliai su sviestu (augaliniu)	VI.8	60	0,64	6,8	3,39	76,99
Pomidorai	VII.6	50	0,5	0,1	2,05	8,5
Vanduo	IX.12	200	0	0	0	0
Iš viso:			27,04	21,31	45,64	506,13

Maitinimas 15:16-15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
⁸ Grikių kruopų košė (su augaliniu migdolų gėrimu)	III.5	200	4,16	1,57	34,62	170,58
¹ Ruginė duona (viso grūdo) su sviestu (augaliniu) ir	XI.21	35/8/20	2,45	8,45	17,43	152,69
**Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.1	120	0,86	0,33	16,44	66
Nesaldinta arbata (žolelių/arbatžolių)	IX.15	200	0	0	0	0
Iš viso:			7,47	10,35	68,49	389,27
Iš viso (dienos davinio):			42,43	41,62	186,6	1288,89

*neprivaloma nurodyti bendrojo ugdymo programas vykdančioms įstaigoms, organizuojančioms tik pietus. Pritaikyto maitinimo valgiaraščiams ši išimtis netaikoma.

**Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

***Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

Parengė Šilutės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro visuomenės sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje Neringa Paičiūtė – Bubulienė

TVIRTINU

Direktorė Alicija Čudinbergienė

(parašas)

2026-05-25



2 savaitė
Antradienis

Maitinimas 8:16-8:50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
^{1, 8} Avižinių dribsnių košė (su augaliniu migdolų gėrimu) (tausojantis)	III.3	200	5,16	3,11	32,32	179,38
Uogų padažas	X.1	30	0,3	0	7,33	23,83
¹ Ruginė duona (viso grūdo) su sviestu (augaliniu) ir	XI.17	25/6/20	1,85	6,37	12,89	113,11
**Vaisius (pagal sezoniskumą)	XII.1	120	0,86	0,33	16,44	66
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
Iš viso:			8,17	9,81	68,98	382,32

Maitinimas 11:46-12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal*
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pomidorinė sriuba (su bulvėmis ir cukinija) (tausojantis) (augalinis)	II.19	150	1,67	3,22	12,12	80,22
¹ Duona, viso grūdo, bemielė	XI.15	20	1,46	0,42	8,8	47,8
Kalakutienos filė troškinta su ryžiais ir morkomis (tausojantis)	I.43	80/120	27,37	12,31	33,54	371,06
Šviežias agurkas	VII.4	50	0,4	0,1	1,15	5,5
Marinuoti agurkai	VII.3	50	0,15	0,1	1,75	5,5
**Sultys natūralios (vaisių-daržovių)	IX.13	100	0,8	0,05	7,55	40
Iš viso:			31,85	16,2	64,91	550,08

Maitinimas 15:16-15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
^{1,3} Mieliniai blynai (su augaliniu migdolų gėrimu)	V.2	90	6,06	14,94	40,44	323,43
Uogų padažas	X.1	30	0,3	0	7,33	23,83
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
Iš viso:			6,36	14,94	47,77	347,26
Iš viso (dienos davinio):			46,38	40,95	181,66	1279,66

* neprivaloma nurodyti bendrojo ugdymo programas vykdančioms įstaigoms, organizuojančioms tik pietus. Pritaikyto maitinimo valgiaraščiams ši išimtis netaikoma.

**Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

***Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

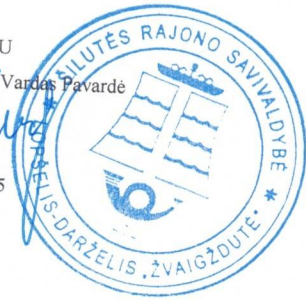
Parengė Šilutės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro visuomenės sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje Neringa Paičiūtė – Bubulienė

TVIRTINU

Direktorė Vardas Pavardė

(parašas)

2026-05-25



2 savaitė
Trečiadienis

Maitinimas 8:16-8:50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
⁸ Ryžių kruopų košė (su augaliniu migdolų gėrimu)	III.10	200	3,38	1,05	38,66	179,23
Uogų padažas	X.1	30	0,3	0	7,33	23,83
¹ Šviesi duona (viso grūdo) su sviestu (augaliniu) ir	XI.4	35/8/20	2	8,27	19,53	155,49
Kmynų arbata (nesaldinta)	IX.3	200	0	0	0	0
Iš viso:			5,68	9,32	65,52	358,55

Maitinimas 11:46-12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal*
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
¹ Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	II.5	150	2,41	3,13	18,34	107,55
¹ Duona, viso grūdo, bemiėlė	XI.15	30	2,19	0,63	13,2	71,7
^{1, 3, 4} Maltas keptas (konvekciniėje) žuvies maltinis (tausojantis)	I.57	75	17,85	10,13	7,93	194,7
Bulvių košė be pieno produktų (augalinis) (tausojantis)	VI.17	60	1,33	0,06	11,38	50,44
Burokėlių salotos su svogūnais	VII.8	80	1,35	4	4,5	58,41
Konservuoti žirneliai	VII.15	30	1,17	0,12	5,67	25,05
Vanduo	IX.12	200	0	0	0	0
Iš viso:			26,3	18,07	61,02	507,85

Maitinimas 15:16-15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
^{1, 3, 8} Sklindžiai (su augaliniu migdolų gėrimu)	V.1	120	6,41	13,16	41,14	299,28
Uogų padažas	X.1	30	0,3	0	7,33	23,83
**Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.1	80	0,57	0,22	10,96	44
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
Iš viso:			7,28	13,38	59,43	367,11
Iš viso (dienos davinio):			39,26	40,77	185,97	1233,51

* neprivaloma nurodyti bendrojo ugdymo programas vykdančioms įstaigoms, organizuojančioms tik pietus. Pritaikyto maitinimo valgiaraščiams ši išimtis netaikoma.

**Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

***Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

Parengė Šilutės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro visuomenės sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje Neringa Paičiūtė – Bubulienė

TVIRTINU

Direktore Aliona Odinbergiene

(parašas)

2026-05-25



2 savaitė
Ketvirtadienis

Maitinimas 8:16-8:50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
⁸ Grikių kruopų košė (su augaliniu migdolų ėerimu)	III.5	200	4,16	1,57	34,62	170,58
¹ Ruginė duona (viso grūdo) su sviestu (augaliniu) ir	XI.21	25/5/15	1,76	5,33	12,47	102,75
**Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.1	150	1,08	0,42	20,55	82,5
Kmynų arbata (nesaldinta)	IX.3	200	0	0	0	0
Iš viso:			7	7,32	67,64	355,83

Maitinimas 11:46-12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal*
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	II.3	150	1,14	3,05	8,86	66,43
¹ Ruginė duona (viso grūdo)	XI.8	30	1,98	0,39	14,46	66,9
^{1, 3} Keptas kiaulienos maltinukas (tausojantis)	I.14	75	16,99	9,57	6,29	215,2
¹ Virti makaronai (kietųjų kviečių) (augalinis) (tausojantis)	VI.15	50	2,52	2,08	17,62	101,37
Pomidorų-agurkų salotos su alyvuogių aliejumi	VII.30	80	0,72	2,15	2,78	29,1
Vanduo	IX.12	200	0	0	0	0
Iš viso:			23,35	17,24	50,01	479

Maitinimas 15:16-15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
^{1, 3, 8} Omletas (su augaliniu migdolų gėrimu; be jogurto) (tausojantis)	VIII.6	100	8,92	12,43	5,07	167,73
¹ Ruginė duona (viso grūdo) su sviestu (augaliniu)	XI.19	35/8	2,31	8,45	16,87	149,89
Pomidorai	VII.6	40	0,4	0,08	1,64	6,8
Šviežias agurkas	VII.4	40	0,32	0,08	0,92	4,4
Konservuoti žirneliai	VII.15	20	0,78	0,08	3,78	16,7
**Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.1	80	0,57	0,22	10,96	44
Kmynų arbata (nesaldinta)	IX.3	200	0	0	0	0
Iš viso:			13,3	21,34	39,24	389,52
Iš viso (dienos davinio):			43,65	45,9	156,89	1224,35

* neprivaloma nurodyti bendrojo ugdymo programas vykdančioms įstaigoms, organizuojančioms tik pietus. Pritaikyto maitinimo valgiaraščiams ši išimtis netaikoma.

**Vaisius ūgdytiniams rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

***Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

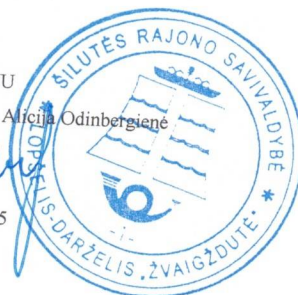
Parengė Šilutės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro visuomenės sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje Neringa Paičiūtė – Bubulienė

TVIRTINU

Direktorė Ailėja Odinbergienė

(parašas)

2026-05-25



2 savaitė
Penktadienis

Maitinimas 8:16-8:50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
^{1,8} Kvietinių kruopų košė (su augaliniu migdolų gėrimu) (tausojantis)	III.4	200	5,16	1,24	31,4	179,38
¹ Ruginė duona (viso grūdo) su sviestu	XI.19	35/8	2,31	8,45	16,87	149,89
Pomidorai	VII.6	40	0,4	0,08	1,64	6,8
**Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.1	100	0,72	0,28	13,7	55
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
Iš viso:			8,59	10,05	63,61	391,07

Maitinimas 11:46-12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal*
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
¹ Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	II.12	150	2,67	3,24	20,1	115,37
¹ Ruginė duona (viso grūdo)	XI.8	30	1,98	0,39	14,46	66,9
³ Mažylių balandėliai su kalakutiena (tausojantis)	I.45	100	19,32	7,15	3,49	154,62
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	VI.1	60	1,33	0,06	11,38	50,44
Raugintų kopūstų salotos su sėmenų aliejumi	VII.11	80	0,68	4,39	3,65	55,6
Šviežias agurkas	VII.4	50	0,4	0,1	1,16	5,5
**Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.1	100	0,72	0,28	13,7	55

Vanduo su apelsinu	IX.6	200	0,05	0,01	0,77	3,01
Iš viso:			27,15	15,62	68,71	506,44

Maitinimas 15:16-15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
^{1, 8} Pieniška makaronų sriuba (su augaliniu migdolų gėrimu ir augaliniu sviestu)	II.35	200	2,3	6,17	17,31	131,28
¹ Šviesi duona (viso grūdo) su sviestu (augaliniu)	XI.1	35/8	1,86	8,27	18,97	152,69
Šviežias agurkas	VII.4	40	0,32	0,08	0,92	4,4
**Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.1	150	1,08	0,42	20,55	82,5
Nesaldinta arbata (žolelės/arbatžolės)	IX.15	200	0	0	0	0
Iš viso:			5,56	14,94	57,75	370,87
Iš viso (dienos davinio):			41,3	40,61	190,07	1268,38

*neprivaloma nurodyti bendrojo ugdymo programas vykdančioms įstaigoms, organizuojančioms tik pietus. Pritaikyto maitinimo valgiaraščiams ši išimtis netaikoma.

**Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

***Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

Parengė Šilutės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro visuomenės sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje Neringa Paičiūtė – Bubulienė

TVIRTINU
Direktore Ailija Gadinbergiene

(parašas)

2026-05-25



3 savaitė
Pirmadienis

Maitinimas 8:16-8:50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
^{1, 8} Avižinių dribsnių košė (su augaliniu migdolų gėrimu) (tausojantis)	III.3	200	5,16	3,11	32,32	179,38
Uogų padažas	X.1	30	0,3	0	7,33	23,83
¹ Šviesi duona (viso grūdo) su sviestu	XI.1	35/8	1,86	8,27	18,97	152,69
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
Iš viso:			7,32	11,38	58,62	355,9

Maitinimas 11:46-12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal*
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Barščiai su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	II.6	150	1,6	3,05	14,33	88,04
¹ Ruginė duona (viso grūdo)	XI.8	20	1,32	0,26	9,64	44,6
¹ Kiaulienos guliašas (be grietinės) (tausojantis)	I.15	75/45	21,51	10,88	5,69	234,36
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	VI.1	60	1,33	0,06	11,38	50,44
Kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais (su porais)	VII.23	80	1,22	4,19	3,99	52,02
Marinuoti agurkai	VII.3	30	0,09	0,06	0,7	3,32
**Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.1	60	0,43	0,17	8,22	33
Vanduo	IX.12	200	0	0	0	0
Iš viso:			27,5	18,67	53,95	505,78

Maitinimas 15:16-15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
^{1, 3, 8} Blyneliai su augaliniu migdolų gėrimu	V.22	120	7,45	10,94	42,07	293,2
Uogų padažas	X.1	35	0,35	0	8,72	27,8
Kmynų arbata (nesaldinta)	IX.3	200	0	0	0	0
Iš viso:			7,8	10,94	50,79	321
Iš viso (dienos davinio):			42,62	40,99	163,36	1182,68

*neprivaloma nurodyti bendrojo ugdymo programas vykdančioms įstaigoms, organizuojančioms tik pietus. Pritaikyto maitinimo valgiaraščiams ši išimtis netaikoma.

**Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

***Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

Parengė Šilutės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro visuomenės sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje Neringa Paičiūtė – Bubulienė

TVIRTINU

Direktoriė Alicia Čiurbergienė

(parašas)

2026-05-25



3 savaitė
Antradienis

Maitinimas 8:16-8:50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
^{1,8} Perlinių kruopų košė (su augaliniu migdolų gėrimu) (tausojantis)	III.9	200	4,62	1,3	39,41	180,8
¹ Šviesi duona (viso grūdo) su sviestu (augaliniu) ir	XI.4	25/5/15	1,44	5,2	13,97	104,75
**Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.1	150	1,08	0,42	20,55	82,5
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
Iš viso:			7,14	6,92	73,93	368,05

Maitinimas 11:46-12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal*
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	II.10	150	4,42	3,3	19,82	115,15
¹ Duona, viso grūdo, bemielė	XI.15	20	1,46	0,42	8,8	47,8
^{1,3} Keptas kalakutienos maltinukas (tausojantis)	I.44	75	19,75	10,26	8,16	193,96
¹ Virti makaronai (kietųjų kviečių) (augalinis) (tausojantis)	VI.15	50	2,52	2,08	17,62	101,37
Burokėlių salotos su svogūnais	VII.8	80	1,35	4	4,5	58,41
Vanduo	IX.12	200	0	0	0	0
Iš viso:			29,5	20,06	58,9	516,69

Maitinimas 15:16-15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
^{3, 6, 7, 9, 10} Virtos dešrelės (tausojantis)	I.46	75/20	17,77	0,74	4,95	96,88
¹ Ruginė duona (viso grūdo) su sviestu (augaliniu)	XI.19	35/8	2,31	8,45	16,87	149,89
Pomidorai	VII.6	40	0,4	0,08	1,64	6,8
Šviežias agurkas	VII.4	40	0,32	0,08	0,92	4,4
**Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.1	200	1,44	0,56	27,4	110
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
Iš viso:			22,24	9,91	51,78	367,97
Iš viso (dienos davinio):			58,88	36,89	184,61	1252,71

*neprivaloma nurodyti bendrojo ugdymo programas vykdančioms įstaigoms, organizuojančioms tik pietus. Pritaikyto maitinimo valgiaraščiams ši išimtis netaikoma.

**Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

***Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

Parengė Šilutės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro visuomenės sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje Neringa Paičiūtė – Bubulienė

TVIRTINU
 Direktore Alicija Odinbergiene

(parašas)
 2026-05-25



3 savaitė
 Trečiadienis

Maitinimas 8:16-8:50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
⁸ Tiršta kukurūzų kruopų košė su cinamonu (su augaliniu migdolų gėrimu) (tausojantis)	III.1	200	3,6	1,23	36,72	175,06
¹ Ruginė duona (viso grūdo) su sviestu (augaliniu) ir	XI.17	35/8/25	2,56	8,5	17,92	155,44
**Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.1	100	0,72	0,28	13,7	55
Nesaldinta arbata (žolelės/arbatžolės)	IX.15	200	0	0	0	0
Iš viso:			6,88	10,01	68,34	385,5

Maitinimas 11:46-12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal*
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
^{1,3} Špinatų sriuba su bulvėmis (tausojantis)	II.23	150	2,3	3,9	9,67	79,72
¹ Duona, viso grūdo, bemielė	XI.15	20	1,46	0,42	8,8	47,8
³ Mažylių balandėliai su kiauliena (tausojantis)	I.7	100	20,07	11,89	5,3	208,06
Virti griekiai (tausojantis) (augalinis)	VI.7	60	3,67	3,4	20,22	124,02
Pekino kopūstų ir agurkų salotos	VII.19	50	0,51	3,02	1,66	34,27
Konservuoti žirneliai	VII.15	30	1,17	0,12	5,67	25,05
Vanduo	IX.12	200	0	0	0	0
Iš viso:			29,18	22,75	51,32	518,92

Maitinimas 15:16-15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
¹ Virti makaronai su troškintos mėsos (kiaulienos) padažu (be grietinės) (tausojantis)	V.4	125/75	14,72	11,93	37,04	317,33
Marinuoti agurkai	VII.3	40	0,12	0,08	0,92	4,4
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkų ir paprikų)	VII.28	50	0,43	0,05	2,02	10,25
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
Iš viso:			15,27	12,06	39,98	331,98
Iš viso (dienos davinio):			51,33	44,82	159,64	1236,4

*neprivaloma nurodyti bendrojo ugdymo programas vykdančioms įstaigoms, organizuojančioms tik pietus. Pritaikyto maitinimo valgiaraščiams ši išimtis netaikoma.

**Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

***Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

Parengė Šilutės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro visuomenės sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje Neringa Paičiūtė – Bubulienė

TVIRTINU

Direktoriė Alicija Gudbergienė

(parašas)

2026-05-25



3 savaitė
Ketvirtadienis

Maitinimas 8:16-8:50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
³ Virtas kiaušinis (tausojantis)	VIII.2	60	7,2	5,64	0,48	81,6
Pomidorai	VII.6	50	0,5	0,1	2,05	8,5
Šviežias agurkas	VII.4	40	0,32	0,08	0,92	4,4
¹ Ruginė duona (viso grūdo) su sviestu	XI.19	35/8	2,31	8,45	16,87	149,89
**Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.1	120	0,86	0,33	16,44	66
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
Iš viso:			11,19	14,6	36,76	310,39

Maitinimas 11:46-12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal*
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	II.7	150	1,92	3,03	12,75	83,73
¹ Ruginė duona (viso grūdo)	XI.8	20	1,32	0,26	9,64	44,6
⁸ Bulvių plokštainis su šlaunelių mėsa (su augaliniu migdolų gėrimu)	I.28	150 (112,5 /37,5)	16,27	19,99	26,98	348,43
Šviežias agurkas	VII.4	100	0,8	0,2	2,3	11
**Sultys natūralios (vaisių-daržovių)	IX.13	100	0,8	0,05	7,55	40
Iš viso:			21,11	23,53	59,22	527,76

Maitinimas 15:16-15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
^{1, 3, 8} Blynėliai su cukinija (su augaliniu migdolų gėrimu)	V.19	150/20	8,59	13,31	52,62	362,27
Uogų padažas	X.1	25	0,25	0	5,94	19,17
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
Iš viso:			8,84	13,31	58,56	381,44
Iš viso (dienos davinio):			41,14	51,44	154,54	1219,59

*neprivaloma nurodyti bendrojo ugdymo programas vykdančioms įstaigoms, organizuojančioms tik pietus. Pritaikyto maitinimo valgiaraščiams ši išimtis netaikoma.

**Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

***Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

Parengė Šilutės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro visuomenės sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje Neringa Paičiūtė – Bubulienė



3 savaitė
 Penktadienis

Maitinimas 8:16-8:50 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
⁸ Grikių kruopų košė (su augaliniu migdolų gerimu)	III.5	200	4,16	1,57	34,62	170,58
¹ Ruginė duona (viso grūdo) su sviestu (augaliniu) ir	XI.17	35/8/25	2,56	8,5	17,92	155,44
**Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.1	100	0,72	0,28	13,7	55
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	IX.1	200	0	0	0	0
Iš viso:			7,44	10,35	66,24	381,02

Maitinimas 11:46-12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g*			Energinė vertė, kcal*
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
¹ Lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	II.21	150	4,29	3,38	15,89	103,74
¹ Duona, viso grūdo, bemielė	XI.15	20	1,46	0,42	8,8	47,8
^{1, 3, 4} Maltas keptas (konvekciniėje) žuvies maltinis (tausojantis) (sterkas)	I.57	75	18,47	9,24	7,93	186,86
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	VI.1	60	1,33	0,06	11,38	50,44
Burokėlių salotos su svogūnais	VII.8	80	1,35	4	4,5	58,41
Vanduo	IX.12	200	0	0	0	0
Iš viso:			26,9	17,1	48,5	447,25

Maitinimas 15:16-15:55 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
⁸ Pieniška ryžių sriuba (su augaliniu migdolų gėrimu ir augaliniu sviestu)	II.18	200	1,68	6,11	18,15	131,44
¹ Šviesi duona (viso grūdo) su sviestu	XI.1	35/8	1,86	8,27	18,97	152,69
**Vaisius (pagal sezoniškumą)	XII.1	120	0,86	0,33	16,44	66
Kmyną arbata (nesaldinta)	IX.3	200	0	0	0	0
Iš viso:			4,4	14,71	53,56	350,13
Iš viso (dienos davinio):			38,74	42,16	168,3	1178,4

*neprivaloma nurodyti bendrojo ugdymo programas vykdančioms įstaigoms, organizuojančioms tik pietus. Pritaikyto maitinimo valgiaraščiams ši išimtis netaikoma.

**Vaisius ugdytiniams rekomenduojama pateikti atskiro maitinimo metu

***Gėrimai su pridėtinu cukrumi su patiekalais netiekiami

Parengė Šilutės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro visuomenės sveikatos specialistė sveikos mitybos skatinimo srityje Neringa Paičiūtė – Bubulienė

ALERGENŲ SĄRAŠAS

1. **Glitimo turintus javai** (t. y. kviečiai, rugiai, miežiai, avižos, spelta, kamutas arba jų sukryžmintos atmainos) ir
 - a) kviečių pagrindu pagamintus gliukozės sirupus, turinčius dekstrozės (1);
 - b) kviečių pagrindu pagamintus maltodekstrinus (1);
 - c) miežių pagrindu pagamintus gliukozės sirupus;
 - d) javus, naudojamus alkoholio distiliatų, įskaitant žemės ūkio kilmės etilo alkoholį, gamybai.
2. **Vėžiagyviai** ir jų produktai.
3. **Kiaušiniai** ir jų produktai.
4. **Žuvis** ir jų produktai, išskyrus:
 - a) žuvies želatiną, naudojamą kaip vitaminų ar karotinoidų pagalbinę medžiagą;
 - b) žuvies želatiną ar žuvų kljus, naudojamus alaus ir vyno skaidrinimui.
5. **Žemės riešutai** ir jų produktai.
6. **Sojų pupelės** ir jų produktai, išskyrus:
 - a) rafinuotą sojų pupelių aliejų ir riebalus (1);
 - b) natūralių tokofenolių mišinius (E306), natūralų d-alfa tokoferolio sukcinatą;
 - c) iš sojų pupelių aliejaus gautus fitosterolius ir fitosterolio esterius;
 - d) augalinių stanolių esterius, pagamintus iš sojų pupelių aliejaus sterolių.
7. **Pienas** ir jo produktai (įskaitant laktozę), išskyrus:
 - a) išrūgas, naudojamas alkoholio distiliatų, įskaitant žemės ūkio kilmės etilo alkoholį, gamybai;
 - b) laktitolį.
8. **Riešutai**, t. y. migdolai (*Amygdalus communis L.*) lazdyno riešutai (*Corylus avellana*), graikiniai riešutai (*Juglans regia*), anakardžiai (*Anacardium occidentale*), pekaninės karijos (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), brazilinės bertoletijos (*Bertholletia excelsa*), pistacijos (*Pistacia vera*), makadamijos ar Kvinslendo riešutai (*Macadamia termifolia*) ir jų produktai, išskyrus riešutus, naudojamus alkoholio distiliatų, įskaitant žemės ūkio kilmės etilo alkoholį, gamybai.
9. **Salierai** ir jų produktai.
10. **Garstyčios** ir jų produktai.
11. **Sezamo sėklos** ir jų produktai.
12. **Sieros dioksidas** ir jų produktai, kurių koncentracija didesnė kaip 10 mg/kg arba 10mg/l, visame SO 2
13. **Lubinai** ir jų produktai.
14. **Moliuskai** ir jų produktai.

(1) Ir iš jų gauti produktai, jei dėl apdorojimo proceso nepadideja tarnybos įvertintas atitinkamo produkto, iš kurio