

**Pajstrio Juozo Zikaro gimnazija**  
**G. Norvaišo įmonė**

**PENKIOLIKOS DIENŲ VALGIARAŠTIS**  
**6-10 METŲ AMŽIAUS VAIKAMS**

Įstaigos darbo laikas  
Nuo 8 val.30 min iki 12 val.

1 savaitė  
Pirmadienis

**Pusryčiai 8 val. 45 min.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Lietiniai blynai	70A	150
Uogienė	15P	30
Vaisinė arbata		200

**Pietūs 11 val. 30 min.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr015	100
Duona juoda	1Š	20
Vištienos plovas (tausojantis)	A3	200
Šviežių kopūstų-morkų salotos su rapsų aliejumi, pomidoras	58S	40/40
Vanduo su citrina	6G	200
Vaisiai		100

1 savaitė  
Antradienis

Pusryčiai 8 val. 45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga
Kiaušiniai virti su majonezu, žaliais žirneliais (tausojantis)	39Š	80/40/60
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40
Vaisinė arbata	1G	200

Pietūs 11 val. 30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr002	100
Duona ruginė	1Š	20
Virti varškėčiai (kvietiniai spelta miltai, varškė 9%) (tausojantis)	83A	200
Sviesto (82 %)-grietinės (30%) padažas	3P	15/15
Vanduo su džiovintais vaisiais	18G	200
Vaisiai		100

1 savaitė  
Trečiadienis

**Pusryčiai 8 val. 45 min.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa
Dešrelė pieniška virta aukš. rūšis (tausojantis)	39A	100
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis)	8Gar	100
Pomidoras		50/50
Ramunėlių arbata be cukraus	1G	200

**Pietūs 11 val. 30 min.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr014	100
Orkaitėje kepta kiaulienos nugarinė (tausojantis)	8A	100
Grietinės (30%) padažas	1P	30
Bulvių košė (tausojantis)	4Gar	100
Šviežių kopūstų-morkų salotos su rapsų aliejumi ,agurkas	58S	60/40
Duona ruginė	1Š	20
Vanduo su apelsiniais	3G	200
Vaisiai		100



1 savaitė  
Ketvirtadienis

**Pusryčiai 8 val. 45 min.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Orkaitėje keptas varškės (9%) apkepas (tausojantis)	84A	150
Grietinė (30 %)	14P	20
Arbata juoda		200

**Pietūs 11 val. 30 min.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr005	100
Kepta žuvis (ilgauod. menkių filė)	41A	75
Grietinės (30 %) padažas su pomidorų padažu	2P	30
Virtos bulvės (tausojantis)	1Gar	100
Virtų burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi, pomidoras	18S	40/40
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20
Vanduo su vyšniomis	2G	200
Vaisiai		100

1 savaitė  
Penktadienis

**Pusryčiai 8 val. 45 min.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa
Orkaitėje keptas omletas (tausojantis)	90A	120
Sviestas (82%)		7,5
Žali žirneliai	34S	60
Duona ruginė	1Š	30
Melisų arbata be cukraus	1G	200

**Pietūs 11 val. 30 min.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa
Burokėlių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr003	100
Orkaitėje kepta vištienos filė (tausojantis)	33A	100
Grietinės (30%) padažas	1P	30
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis)	6Gar	100
Pekino kopūstų-porų salotos su rapsų aliejumi, pomidoras	25S	50/50
Duona ruginė	1Š	20
Vanduo su avietėmis	2G	200
Vaisiai		100

2 savaitė  
Pirmadienis

**Pusryčiai 8 val. 45 min.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Lietiniai blynai	70A	150
Uogienė	15P	20
Mėtų arbata be cukraus	1G	200

**Pietūs 11 val. 30 min.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Avinžirnių sriuba su žalumynais (tausojantis) (augalinis)	Sr001	100
Orkaitėje keptos paukštienos šlaunelės (tausojantis)	3A	100
Pomidorų padažas		30
Biri ryžių kruopų košė (tausojantis)	5Gar	100
Šviežių kopūstų-morkų salotos su rapsų aliejumi, agurkas	58S	40/40
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20
Vanduo su apelsiniais	3G	200
Vaisiai		100

2 savaitė  
Antradienis

**Pusryčiai 8 val. 45 min.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Virti varškėčiai (kvietiniai miltai, varškė 9%) (tausojantis)	83A	150
Sviesto (82%)-grietinės (30%) padažas	3P	30
Čiobrelių arbata be cukraus	1G	200

**Pietūs 11 val. 30 min.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Rūgštynių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr007	100
Orkaitėje kepti karališki balandėliai (kiaulienos kumpinė) (tausojantis)	63A	150
Grietinės (30%) padažas su pomidorų padažu	2P	30
Virtos bulvės (tausojantis)	1Gar	100
Agurkai , pomidorai		40/40
Duona ruginė	1Š	20
Vanduo su vyšniomis	7G	200
Vaisiai		100



2 savaitė  
Ketvirtadienis

**Pusryčiai 8 val. 45 min.**

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Rp. Nr.</b>	<b>Išėiga</b>
Orkaitėje keptas varškės (9%) apkepas (tausojantis)	82A	150
Grietinė (30%)	14P	30
Vaisinė arbata		200

**Pietūs 11 val. 30 min.**

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Rp. Nr.</b>	<b>Išėiga</b>
Ryžių kruopų sriuba su pomidorų padažu (tausojantis) (augalinis)	38Sr	100
Orkaitėje kepta lašišos filė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	Ž001	50
Grietinės (30 %) padažas su pomidorų padažu	2P	20
Virti makaronai (tausojantis)	8Gar	100
Virtų burokėlių salotos su rapsų aliejumi, agurkas	18S	60/20
Duona ruginė	1Š	20
Vanduo su citrina	6G	200
Vaisiai		100

2 savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai 8 val. 45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Orkaitėje kepti varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis)	84A	150
Grietinė (30%)		30
Arbata		200

Pietūs 11 val. 30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Burokėlių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr003	100
Mėsos-daržovių troškinys (tausojantis)	K002	100/100
Agurkai, pomidorai		40/40
Duona ruginė	1Š	20
Vanduo su džiovintais vaisiais	18G	200
Vaisiai		100

2 savaitė  
Penktadienis

**Pusryčiai 8 val. 45 min..**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Kiaušinis virtas su majonezu, žaliais žirneliais (tausojantis)	39Š	80/40/60
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40
Kakava su pienu (2,5%)	5G	200

**Pietūs 11 val. 30 min.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr006	100
Orkaitėje keptas varškės (9%) apkepas (tausojantis)	85A	200
Grietinė (30%)	14P	30
Duona ruginė	1Š	20
Vanduo su avietėmis	2G	200
Vaisiai		100

3 savaitė  
Pirmadienis

**Pusryčiai 8 val. 45 min.**

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Rp. Nr.</b>	<b>Išeiga</b>
Pilno grūdo makaronai su fermentiniu sūriu (tausojantis)	M008	180
Arbata juoda	1G	30
Obuolys		100

**Pietūs 11 val. 30 min.**

<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Rp. Nr.</b>	<b>Išeiga</b>
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr014	100
Orkaitėje keptas kiaulienos šašlykas su pomidorų padažu (tausojantis)	37A	75/30
Biri ryžių kruopų košė (tausojantis)	5Gar	100
Šviežių kopūstų-morkų salotos su rapsų aliejumi, agurkas	58S	40/40
Duona ruginė	1Š	20
Vanduo su citrina	6G	200
Vaisiai		100



3 savaitė  
Antradienis

Pusryčiai 8 val. 45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Orkaitėje keptas omletas (tausojantis)	90A	120
Sviestas (82%)		7,5
Žali žirneliai	34S	60
Viso grūdo ruginė duona	1Š	30
Mėtų arbata be cukraus	1G	200

Pietūs 11 val. 30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr012	100
Daržovių troškinys su dešrelėmis aukš. rūšis (tausojantis)	62A	120/120
Pomidoras, agurkas		40/40
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20
Vanduo su džiovintais vaisiais	18G	200
Vaisiai		100

3 savaitė  
Trečiadienis

**Pusryčiai 8 val. 45 min.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Bulvių košė su morkomis (tausojantis)	A12	200
Kefyras (2,5%)		200
Bananas		100

**Pietūs 11 val. 30 min.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr015	100
Orkaitėje keptas jautienos (jautiena kumpinė)-kiaulienos (kiauliena kumpinė ) kotletas (tausojantis)	23A	100
Grietinės (30 %) padažas	1P	30
Biri perlinių kruopų košė (tausojantis)	6Gar	100
Virtų burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi, pomidoras	18S	60/40
Duona ruginė	1Š	20
Vanduo su citrina	6G	200
Vaisiai		100

3 savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8 val. 45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga
Lietiniai blynai su varškės (9%) įdaru	M010	87/43
Grietinė (30%)	14P	30
Mėtų arbata be cukraus	1G	200

Pietūs 11 val. 30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr002	100
Kepta žuvis (ilgauod.menkių filė)	41A	75
Grietinės (30%) padažas su pomidorų padažu	2P	30
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis)	8Gar	100
Šviežių kopūstų-morkų salotos su rapsų aliejumi, agurkas	58S	40/40
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20
Vanduo su vyšniomis	2G	200
Vaisiai		100

3 savaitė  
Penktadienis

**Pusryčiai 8 val. 45 min.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis) (augalinis)	101A	200
Pienas (2,5 %)		200
Vaisiai		100

**Pietūs 11 val. 30 min.**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Burokėlių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr003	100
Orkaitėje kepti varškėčiai (varškė 9 %) (tausojantis)	84A	150
Grietinė (30 %)	14P	30
Duona ruginė	1Š	20
Vanduo su džiovintais vaisiais	18G	200
Vaisiai		100

Sudarė

Vedėja

*G. N.*

Gitana Norvaišienė