Paįstrio Juozo Zikaro gimnazija
MB G. Norvaišo įmonė

PENKIOLIKOS DIENŲ VALGIARAŠTIS

15-18 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	150
Duona juoda	1Š	40
Kiaulienos plovas (tausojantis)	A3	300
Šviežių kopūstų-morkų salotos su rapsų aliejumi,pomidoras	58S	50/50
Vanduo su citrina	6G	150
Vaisiai		100

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8 val. 45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Tiršta avižinių dribsnių košė (tausojantis)	50a	200
Pienas		200

Pietūs 11 val. 30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr02	150
Duona ruginė	1Š	40
Virti varškėčiai (tausojantis)	83A	300
Sviesto -grietinės padažas	3P	25/25
Vanduo su džiovintais vaisiais	18G	150
Vaisiai		100

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8 val. 45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Dešrelė pieniška virta aukš. rūšis (tausojantis)	39A	100
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis)	8Gar	100
Pomidoras		80
Ramunėlių arbata be cukraus	1G	200

Pietūs 11 val. 30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr14	150
Orkaitėje kepta kiaulienos nugarinė (tausojantis)	8A	150
Grietinės padažas	1P	30
Bulvių košė (tausojantis)	4Gar	100
Šviežių kopūstų-morkų salotos su rapsų aliejumi ,agurkas	58S	60/40
Duona ruginė	1Š	40
Vanduo su apelsinais	3G	150
Vaisiai		100

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8 val. 45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Pieniška miežienių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	Kr01	200/10
Pienas		200

Pietūs 11 val. 30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr05	150
Kepta žuvis (ilgauod. menkių filė)	41A	130
Grietinės padažas su pomidorų padažu	2P	30
Virtos bulvės (tausojantis)	1Gar	100
Virtų burokėlių salotos su rapsų aliejumi,pomidoras	18S	60/40
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40
Vanduo su vyšniomis	2G	150
Vaisiai		100

1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8 val. 45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Orkaitėje keptas omletas (tausojantis)	90A	120
Sviestas		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.	Išeiga
Burokėlių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr03	150
Orkaitėje kepta vištienos filė (tausojantis)	33A	150
Grietinės padažas	1P	30
Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis)	6Gar	100
Pekino kopūstų-agurkų salotos su rapsų aliejumi.pomidoras	25S	50/50
Duona ruginė	1Š	40
Vanduo su avietėmis	2G	150
Vaisiai		100

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8 val. 45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga

Manų kruopų košė	93A	150
Sviestas		7,5
Mėtų arbata be cukraus	1G	200

Pietūs 11 val. 30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Daržovių sriuba su makaronais (tausojantis)	Sr23	150
Orkaitėje keptos paukštienos šlaunelės (tausojantis)	3A	200
Pomidorų padažas		30
Biri ryžių kruopų košė (tausojantis)	5Gar	100
Šviežių kopūstų-morkų salotos su rapsų aliejumi,agurkas	58S	50/50
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40
Vanduo su apelsinais	3G	150
Vaisiai		100

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8 val. 45 min.

Patiekalo pavadinimas		Išeiga

	Rp. Nr.	
Virti varškėčiai (tausojantis)	83A	150
Sviesto -grietinės padažas	3P	30
Čiobrelių arbata be cukraus	1G	200

Pietūs 11 val. 30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Rūgštynių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr07	150
Orkaitėje kepti karališki balandėliai (tausojantis)	63A	200
Grietinės padažas su pomidorų padažu	2P	30
Virtos bulvės (tausojantis)	1Gar	100
Agurkai , pomidorai		50/50
Duona ruginė	1Š	40
Vanduo su vyšniomis	7G	150
Vaisiai		100

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8 val. 45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Traškios bulvytės (tausojantis)	4-8	150
Kefyras		200

Pietūs 11 val. 30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Ryžių kruopų sriuba su pomidorų padažu (tausojantis) (augalinis)	38Sr	150
Žuvies maltiniai (tausojantis)	Ž11	200
Grietinės padažas su pomidorų padažu	2P	30
Virti makaronai (tausojantis)	8Ga	100
Virtų burokėlių salotos su rapsų aliejumi,pomidoras	18S	60/40
Duona ruginė	1Š	40
Vanduo su citrina	6G	150
Vaisiai		100

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8 val. 45 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Tiršta avižinių dribsnių košė (tausojantis)	50A	200
Pienas		200

Pietūs 11 val. 30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr15	150
Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	8A	150
Bulvių košė (tausojantis)	4 Gar	100
Šviežių kopūstų-morkų salotos su rapsų aliejumi,agurkas	58S	50/50
Vanduo su razinomis	18G	150
Vaisiai		100

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8 val. 45 min..

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

Pietūs 11 val. 30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr006	150
Orkaitėje keptas varškės apkepas (tausojantis)	85A	300
Grietinė	14P	40
Duona ruginė	1Š	40
Vanduo su avietėmis	2G	150
Vaisiai		100

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8 val. 45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Virti pilno grūdo spageti makaronai (tausojantis)	G19	150
Arbata juoda	1G	200

Pietūs 11 val. 30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr014	150
Orkaitėje keptas kiaulienos šašlykas su pomidorų padažu (tausojantis)	37A	150/30
Biri ryžių kruopų košė (tausojantis)	5Gar	100
Šviežių kopūstų-morkų salotos su rapsų aliejumi,agurkas	58S	50/50
Duona ruginė	1Š	40
Vanduo su citrina	6G	150
Vaisiai		100

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8 val. 45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Orkaitėje keptas omletas (tausojantis)	90A	120
Sviestas		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		Išeiga

	Rp. Nr.	
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr12	150
Kiaulienos suktinukai su paukštienos įdaru (tausojantis)	15A	150
Virtos bulvės (tausojantis)	1Gar	100
Pekino kopūstų-porų salotos su rapsų aliejumi,pomidoras	25S	60/40
Vanduo su džiovintais vaisiais	18G	150
Vaisiai		100

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8 val. 45 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Miežienių kruopų košė (tausojantis)	Kr1	200
Pienas		200

Pietūs 11 val. 30 min.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga

Lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr026	150
Daržovių troškinys su dešrelėmis aukš. rūšies (tausojantis)	62A	200/200
Šviežių kopūstų-morkų salotos su rapsų aliejumi,agurkas	58S	60/40
Duona ruginė	1Š	40
Vanduo su citrina	6G	150
Vaisiai		100

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8 val. 45 min.

Patiekalo pavadinimas	**Rp. Nr.**	**Išeiga**
Grikių kruopų blynai	Kr13	120
Mėtų arbata be cukraus	1G	200

Pietūs 11 val. 30 min.

Patiekalo pavadinimas	**Rp. Nr.**	**Išeiga**
Daržovių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr10	150
Kepta žuvis (ilgauod.menkių filė)	41A	130
Grietinės (30%) padažas su pomidorų padažu	2P	30

Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis)	8Gar	100
Virtų burokėlių salotos su rapsų aliejumi,pomidoras	18S	50/50
Viso grūdo ruginė duona	1Š	40
Vanduo su vyšniomis	2G	150
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		200

Pietūs 11 val. 30 min.

Patiekalo pavadinimas	**Rp. Nr.**	**Išeiga**
Burokėlių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr003	150
Orkaitėje kepti varškėčiai (tausojantis)	84A	300

Grietinė	14P	45
Duona ruginė	1Š	40
Vanduo su avietėmis	2G	150
Vaisiai		100

Sudarė

Vedėja

Gitana Norvaišienė