

Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės
globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų
valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo
2 priedas

Zarasų „Santarvės“ pradinė mokykla

(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

6-10

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 8 iki 13.00 val.

1 savaitė
Pirmadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Kiaulienos plovas (T)	3A	100/100
Varškės kukuliai „Spygliukai“ su grietine 30 %	87A	200/30
Miežinių kruopų košė (A, (T)	3-3T1	100
Virtų burokėlių su žirneliais salotos	17S	100
Morkų salotos su česnakais	11	100
Švieži pomidorai	18/231	100
Švieži agurkai	18/225	100
Žirnių-perlinių kruopų sriuba (A), (T)	16	150
Vanduo su citrina	15Ger	200
Nesaldinta arbata	17-1/22	200
Viso grūdo duona		20

1 savaitė
Antradienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Kepti varškėčiai su grietine 30%	84A	200/30
Maltos kiaulienos kotletas su sūriu (T)	20A	82,5
Troškintų daržovių asorti (žiediniai kopūstai, šparaginės pupelės) (A) (T)	11Gar	100
Grikių kruopų košė (A), (T)	7Gar	100
Pupelių sriuba (A), (T)	16	150
Cukinių, agurkų, morkų salotos	2-1/16A	100
Pekino kopūstų su pomidorais salotos	24S	100
Švieži pomidorai	18/231	100
Pjaustyta morka	48S	100
Nesaldinta arbata	17-1/22	200
Vanduo su citrina	15Ger	200
Viso grūdo ruginė duona		20

1 savaitė
Trečiadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Lietiniai blynai su varške ir grietine 30 %	71A	150/75/20
Maltos paukštienos kotletas (T)	35A	100
Ryžių kruopų košė (A)	5Gar	100
Visi grūdo virti makaronai (A), (T)	6-3/61 AT	100
Grietinės padažas su pomidorų padažu	3	30
Burokėlių sriuba (A), (T)	1Sr.	150
Viso grūdo duona		20
Šviežių kopūstų, morkų salotos	1S	100
Burokėlių salotos su raugintais kopūstais	19 S	100
Švieži pomidorai	18/231	100
Švieži agurkai	18/225	100
Nesaldinta arbata	17/1/00	200
Vanduo su apelsinu	15 Ger	200

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Varškės apkepas su grietine 30% (T)	85A	200/30
Kepta žuvis tešloje	25A	100
Šviežių kopūstų sriuba (A), (T)	1-3/41 AT1	150
Morkų, žirnelių troškiny (T)	9 Gar	100
Vitaminizuotos kopūstų salotos su obuoliais	83	100
Cukinių, agurkų, morkų salotos	2-1/16A	100
Pjaustyta paprika	47S	50
Švieži agurkai	18/231	100
Nesaldinta arbata	17-1/22	200
Vanduo		200
Pieniškos dešrelės (T)		60
Bulvių košė (T)	4 Gar	100

1 savaitė
Penktadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Vištienos filė kepsnys (T)	33A	100
Žuvies kepsnys (keptas karpis)	28A	75
Kruopų sriuba su pomidorais (A), (T)	22 Sr	150
Virtos bulvės su žolelėmis (A), (T)	2 Gar	100
Burokėlių su agurkais salotos	18 S	100
Rauginti arba marinuoti agurkai	45 S	100
Švieži pomidorai	18/231	100
Nesaldinta arbata	17/1/22	200
Vanduo su citrina	15 Ger	200
Viso grūdo duona		20

2 savaitė
Pirmadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Kaimiški blynai su grietine 30%	77 A	150/20
Kiaulienos nugarinės kepsnys (T)	8 A	100
Perlinių kruopų košė (A), (T)	6 Gar	100
Miežinių kruopų košė (A), (T)	3-3/30T1	100
Trinta moliūgų sriuba (A), (T)	21 Sr	150
Burokėlių su žirneliais salotos	17 S	100
Pekino kopūstų su agurkais salotos	23 S	100
Švieži agurkai	18/225	50
Švieži pomidorai	18/231	50
Viso grūdo rūginė duona		20
Grietinės padažas su pomidorų padažu	3	30
Nesaldinta arbata	17-1/22	200

2 savaitė
Antradienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Bulvių kotletai su varške ir grietine 30%	60 A	150/30
Maltas vištienos kotletas (T)	35 A	100
Žirnių sriuba (A), (T)	1-3/24AT1	150
Viso grūdo virti makaronai (A), (T)	6-3/61 AT	100
Burokėlių su obuoliais salotos	22 S	100
Šviežių kopūstų salotos	1 S	100
Švieži agurkai	18/232	100
Švieži pomidorai	18/231	100
Nesaldinta arbata	17-1/22	200
Viso grūdo duona		20
Grietinės padažas su pomidorų padažu	3	30
Vanduo		200

2 savaitė
Trečiadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Kepti varškėčiai su grietine 30%	84 A	200/30
Pieniškos dešrelės (T)		60
Kepta žuvis su kaulu (T)	41	100/20
Miežinių kruopų košė	3-3/30 T1	100
Burokėlių sriuba (A), (T)	1 S	150
Ridikėlių, agurkų, pekino kopūstų salotos „Pavasaris“	57 S	100
Cukinių, morkų, agurkų salotos	2-1/16 A1	100
Pjaustyta paprika	47 S	50
Nesaldinta arbata	17-1/22	200
Vanduo su citrina	15 Ger	200
Viso grūdo duona		20
Vanduo		200

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Varškės kukuliai „Spygliukai“ su grietine 30% (T)	87 A	200/30
Vištienos filė kepsnys (T)	33 A	100
Kopūstų sriuba (A), (T)	1-3/41 AT1	150
Bulvių košė (T)	4 Gar	100
Daržovių su paprika salotos	7 S	100
Burokėlių su pupelėmis mišrainė	21 S	100
Švieži agurkai	18/22	100
Nesaldinta arbata	17-1/22	200
Vanduo		200
Vanduo su apelsiniais	15 Ger	200
Daržovių padažas (morkos, svogūnai)	14-6/12 0A	30
Viso grūdo duona		20

2 savaitė
Penktadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Makaronai su mėsa (T)	3 A	150/75/75
Žuvies maltinis „Dubysa“ (T)	42 A	100
Agurkinė sriuba su bulvėmis (A), (T)	1-3/25 AT1	150
Pieniškės dešrelės (T)		60
Virtos bulvės su žolelėmis (A), (T)	2 Gar	100
Burokėlių su agurkais salotos	18 S	100
Kopūstų, agurkų, konserv. Kukurūzų salotos	3 S	100
Švieži pomidorai	18/231	100
Nesaldinta arbata	17-1/22	200
Vanduo su citrina	15 Ger	200
Šaldytų uogų kompotas	21	200
Viso grūdo duona		20

3 savaitė
Pirmadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Troškinta kalakutiena (T)	30 A	100/40
Varškės apkepas su grietine 30%	85 A	200/30
Grikių kruopų košė (A), (T)	7 Gar	100
Pieniškės dešrelės (T)		60
Trinta moliūgų sriuba (A), (T)	21 Sr	150
Šviežių kopūstų, cukinijų, morkų salotos su saulėgrąžomis	2-1/22 A	100
Morkų, obuolių, salierų su sezamo sėklomis salotos	2-1/21 A	100
Švieži agurkai	18/225	100
Švieži pomidorai	18/231	100
Viso grūdo duona		20
Nesaldinta arbata	17-1/22	200
Vanduo su citrina	15 Ger	200

3 savaitė
Antradienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Žemaičių blynai su mėsa ir sviesto-grietinės padažu	56 A	200/40
Virtų bulvių cepelinai su mėsa ir grietinės padažu (T)	54 A	200/50
Kepta žuvis su kauliuku (T)	41	100/20
Troškintų daržovių asorti (žiediniai kopūstai, šparaginės pupelės) (A), (T)	11 Gar	100
Perlinių kruopų košė (A), (T)	6 Gar	100
Rūgštynių sriuba (A), (T)	1-3/29 AT	150
Burokėlių mišrainė su pupelėmis	21 S	100
Žiedinių kopūstų, pekino kopūstų su agurkais salotos	52 S	100
Pjaustyta morka	48 S	100
Marinuoti agurkai	45 S	100
Nesaldinta arbata	17-1/22	200
Vanduo su apelsinų	15 Ger	200
Šaldytų uogų kompotas	21	200
Viso grūdo duona		20

3 savaitė
Trečiadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Kepti varškėčiai su grietine 30%	84 A	200/30
Paukštienos kukuliai (T)	35	100
Virti makaronai viso grūdo (A), (T)	6-3/61 AT	100
Miežinių kruopų košė (A), (T)	3-3/30 T1	100
Marinuotų burokėlių salotos	16 S	100
Pekino kopūstų su agurkais salotos	23 S	100
Švieži agurkai	18/225	100
Burokėlių sriuba (A), (T)	1 Sr	150
Pjaustyta paprika	47 S	100
Nesaldinta arbata	17-1/22	200
Viso grūdo duona		20
Vanduo		200

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Varškės kukulaičiai su grietine 30 % (T)	87 A	200/30
Kiaulienos maltinis voliotas miltuose	10 A	100
Ankštinių daržovių sriuba (A), (T)	16 Sr	150
Bulvių košė (A), (T)	4 Gar	100
Pekino kopūstų, pomidorų salotos	24 S	100
Daržovių mišrainė	30	100
Švieži pomidorai	18/231	100
Viso grūdo duona		20
Nesaldinta arbata	17-1/22	200
Vanduo su citrina	15 Ger	200
Grietinės padažas su pomidorų padažu	3	30

3 savaitė
Penktadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Kaimiški blynai su grietine 30%	77 A	150/20
Kepta žuvis tešloje	25 A	100
Pieniškos dešrelės (T)		60
Morkų, žirnelių troškiny (T)	9 Gar	100
Virtos bulvės su žolelėmis (A), (T)	2 Gar	100
Žirnių-perlinių kruopų sriuba (A), (T)	16	150
Daržovių su paprika salotos	7 S	100
Morkų salotos su česnakais	11	100
Švieži agurkai	18/225	100
Švieži pomidorai	18/231	100
Nesaldinta arbata	17-1/22	200
Viso grūdo duona		20
Vanduo su citrina	15 Ger	200