

Justinis

VDU „Atžalyno“ progimnazijos
direktorius

Egidijus Mikalajūnas

JE



Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo
8 priedas

VYTAUTO DIDŽIOJO UNIVERSITETO „ATŽALYNO“
PROGIMNAZIJA
PARTIZANŲ G. 46, KAUNAS

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

7–10 metų amžiaus vaikų

Įstaigos darbo laikas
Nuo 8:00 iki 14:30 val.

A – augalinis maistas; T - tausojantis

PIRMA SAVAITĖ

PIRMADIENIS

Patiekalo pavadinimas	Receptūros nr.	Išėiga gramais
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis /A/	34	100
Kiaulienos-jautienos maltinukas, keptas konvekciniėje krosnyje /T/	68	50
Bulvių košė /T/	79	50
Morkų salotos su sezamų sėklomis ir alyvuogių aliejumi /A/	205	50
Pilno grūdo duona		40
Sezoniniai vaisiai		
Vanduo		

ANTRADIENIS

Agurkinė sriuba su bulvėmis ir ryžiais /A/	185	100
Grietinė 30 proc.		5
Kepta vištienos filė /T/	312	50
Virti ryžiai /A/	430	50
Šviežių daržovių salotos /A/	181	50
Pilno grūdo duona		40
Sezoniniai vaisiai		
Vanduo		

TREČIADIENIS

Burokėlių sriuba su bulvėmis /A/	89	100
Grietinė 30 proc.		5
Makaronai su sūriu ir troškintomis morkomis, pomidorais, daržovėmis ir svogūnais /A/	18	140
Pomidorų padažas		10
Sezoninės šviežios daržovės /A/		75
Pilno grūdo duona		40
Sezoniniai vaisiai		
Vanduo		

KETVIRTADIENIS

Makaronų sriuba su bulvėmis ir morkomis /A/	34	100
Kiaulienos kukulis keptas konvekciniėje krosnyje /T/	204	50
Virti griekiai	7/13	50
Kopūstų, morkų salotos su alyvuogių aliejumi /A/	49	50
Pilno grūdo duona		40
Sezoniniai vaisiai		
Vanduo		

PENKTADIENIS

Ryžių sriuba su pomidorais /A/	1-3	100
Jūros lydekos kotletas keptas konvekciniėje krosnyje /T/	45a	50
Bulvių košė /T/	79	50
Burokėlių salotos su pupelėmis ir alyvuogių aliejumi /A/	12	50
Pilno grūdo duona		40
Sezoniniai vaisiai		
Vanduo		

deif

ANTRA SAVAITĖ

PIRMADIENIS

Patiekalo pavadinimas	Receptūros nr.	Išėiga gramais
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis /A/	15	100
Grietinė 30 proc.		5
Vištienos kotletas keptas konvekciniėje krosnyje /T/	104	50
Virti griekiai /A/	7/13	50
Morkų salotos su sulėgražomis ir alyvuogių aliejumi /A/	49	50
Duona viso grūdo		40
Sezoniniai vaisiai		
Vanduo		

ANTRADIENIS

Pieniška ryžių kruopų sriuba /A/	160	100
Sviestas 82 proc.		5
Bulvių plokštainis su paukštiena arba žemaičių blynai su mėsa /T/	176	100
Grietinė 30%	14,5	20
Morkų ir agurkų salotos /A/	175	75
Duona viso grūdo		40
Sezoniniai vaisiai		
Vanduo		

TREČIADIENIS

Bulvienė su žirniais /A/	120	100
Lietiniai blynėliai su varške arba varškės blynėliai /T/	81	100
Grietinė 30%	14,5	20
Šviežios sezoninės daržovės /A/		100
Viso grūdo duona		40
Sezoniniai vaisiai		100
Vanduo		

KETVIRTADIENIS

Burokėlių sriuba su pupelėmis /A/	30	100
Grietinė 30%	14,5	5
Grikių kotletukas su troškintomis morkomis ir svogūnais /A/	11-5/1001	60
Morkų salotos su saulėgražomis ir pomidorais /A/	203	60
Bulvių košė /A/		60
Viso grūdo duona		40
Sezoniniai vaisiai		
Vanduo		

PENKTADIENIS

Trinta daržovių sriuba su bulvėmis A/	204	100
Jūros lydekos kukulis keptas konvekciniėje krosnyje /T/	71	60
Ilgagrūdžiai virti ryžiai /T/	79	60
Burokėlių salotos su žirneliais ir alyvuogių aliejumi /A/	129	60
Duona viso grūdo		40
Sezoniniai vaisiai		
Vanduo		

scf

TREČIA SAVAITĖ

PIRMADIENIS

Patiekalo pavadinimas	Receptūros nr.	Išėiga gramais
Įvairių daržovių sriuba /A/	15	100
Plovas su avinžirniais, saldžiąja paprika ir morkomis /A/	104	150
Šviežios sezoninės daržovės arba kopūstų ir morkų salotos su citrinos sultimis /A/	7/13	75
Duona viso grūdo		40
Sezoniniai vaisiai		
Vanduo		

ANTRADIENIS

Rūgštynių sriuba bulvėmis ir ryžiais /A/	119	100
Grietinė 30 proc.		5
Balandėlis su pomidorų padažu /T/	418	120/30
Bulvių košė	58	70
Šviežios sezoninės daržovės /A/		70
Duona viso grūdo		40
Sezoniniai vaisiai		
Vanduo		

TREČIADIENIS

Pieniška kvietinių kruopų sriuba /A/	120	100
Konvekciniėje krosnyje kepta vištienos blauzdelė /T/	81	60
Virti griekiai /A/	28	60
Burokėlių salotos su žirneliais ir aliejumi /A/	96	60
Viso grūdo duona		40
Sezoniniai vaisiai		
Vanduo		

KETVIRTADIENIS

Burokėlių sriuba su bulvėmis /A/	30	100
Grietinė 30 proc.		5
Jūros lydekos filė kepta konvekciniėje krosnyje /T/	7/13	60
Morkų ir kopūstų salotos su grietine /A/	203	60
Virti ilgagrūdžiai ryžiai /A/	39	60
Viso grūdo duona		40
Sezoniniai vaisiai		
Vanduo		

PENKTADIENIS

Lęšių sriuba su bulvėmis /A/	204	100
Varškės apkepas arba varškės sklandžiai /T/	70	100
Grietinė 30 proc. arba trintos uogos	-	20
Sezoniniai vaisiai /A/	-	
Sezoninės daržovės /A/	-	100
Viso grūdo duona	-	40
Vanduo		