**VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA**

TVIRTINU
Direktorė
*Olga Černis*

# MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 m. amžiaus grupei
1 savaitė 1 diena

| Eil. Nr. | Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga (g) |
|---|---|---|---|
| 1. | Perlinių kruopų sriuba su kopūstais ir jogurtine grietine (tausojantis) (augalinis) | 1-3/31AT | 150/10 |
| 2. | Troškinta vištienos filė su žemės riešutais (tausojantis) | P012 | 150 |
| 3. | Biri grikių kruopų košė (tausojantis) | 3-3/33T | 200 |
| 4. | Kopūstų, pomidorų, agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)<br>Saldžiosios raudonosios paprikos | 2-1/8A<br>D006 | 150<br>100 |
| 5. | Viso grūdo duona | | 30 |
| 6. | Sezoniniai vaisiai | | 70 |

Vyr.virėja Natalja Volodzko

**VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA**

TVIRTINU
Direktorė
*Olga Černis*

# MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 m. amžiaus grupei
1 savaitė 2 diena

| Eil. Nr. | Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga (g) |
|---|---|---|---|
| 1. | Tiršta burokėlių sriuba su jogurtine grietine (tausojantis) (augalinis) | 1-3/39AT | 150/10 |
| 2. | Keptas garuose šnicelis (kiaulienos ir jautienos kumpis) (tausojantis) | 26 | 150/10 |
| 3. | Bulvių košė su sviestu 82 % (tausojantis) | 4-3/61T | 150 |
| 4. | Morkų salotos su česnakais ir jogurtine grietine (augalinis)<br>Brokoliai | 2-1/11<br>D006 | 150<br>100 |
| 5. | Viso grūdo duona | | 30 |
| 6. | Sezoniniai vaisiai | | 170 |

Vyr.virėja Natalja Volodzko

**VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA**

TVIRTINU
Direktorė
*Olga Černis*

# MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 m. amžiaus grupei
1 savaitė 3 diena

| Eil. Nr. | Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga (g) |
|---|---|---|---|
| 1. | Rugštinių sriuba su jogurtine grietine (tausojantis) | 1-3/22AT | 150/10 |
| 2. | Kalakutienos guliašas (tausojantis) | P021 | 190 |
| 3. | Kuskuso kruopų košė su sviestu 82 % (tausojantis) | Kr005 | 200 |
| 4. | Burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)<br>Morkų lazdelės | 2-3/62A<br>D006 | 150<br>100 |
| 5. | Viso grūdo duona | | 30 |
| 6. | Sezoniniai vaisiai | | 70 |

Vyr.virėja Natalja Volodzko

**VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA**

TVIRTINU
Direktorė
Olga Černis

# MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 m. amžiaus grupei
1 savaitė 4 diena

| Eil. Nr. | Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga (g) |
|---|---|---|---|
| 1. | Vištienos sultinys su spageti (tausojantis) | 1-3/19AT | 150/20 |
| 2. | Troškinta jautiena su morkomis ir porais (tausojantis) | 12-5/102T | 150 |
| 3. | Biri perlinių kruopų košė su sviestu 82% (tausojantis) | 1-3/60T | 160 |
| 4. | Pekino kopūstų ,obuolių, agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)<br>Švž.pomidorai | 2-1/7A<br>D006 | 110<br>100 |
| 5. | Viso grūdo duona | | 30 |
| 6. | Sezoniniai vaisiai | | 70 |

Vyr.virėja Natalja Volodzko

**VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA**

TVIRTINU
Direktorė
*Olga Černis*

# MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 m. amžiaus grupei
1 savaitė 5 diena

| Eil. Nr. | Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga (g) |
|---|---|---|---|
| 1. | Tiršta agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis su jogurtine grietine (tausojantis) (augalinis) | 1-3/25AT | 150/10 |
| 2. | Orkaitėje kepta žuvis su provanso žolelėmis (tausojantis) | 9-7/144T | 130 |
| 3. | Bulvių košė ir sviestu( 82%) (tausojantis) | 4-3/64T | 150 |
| 4. | Švž.agurkai (augalinis)<br>Ridikėliai (raudonieji) | D006 | 100<br>100 |
| 5. | Viso grūdo duona | | 30 |
| 6. | Sezoniniai vaisiai | | 70 |

Vyr.virėja Natalja Volodzko

**VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA**

TVIRTINU
Direktorė
*Olga Černis*

# MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 m. amžiaus grupei
2 savaitė 1 diena

| Eil. Nr. | Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga (g) |
|---|---|---|---|
| 1. | Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba su jogurtine grietine (tausojantis) (augalinis) | 1-3/37AT | 150/10 |
| 2. | Ryžių plovas su kiauliena (tausojantis) | 10-5/109T | 150/200 |
| 3. | Baltagūžių kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis(augalinis )<br>Brokoliai | S005<br>D006 | 130<br>100 |
| 4. | Viso grūdo duona | | 30 |
| 5. | Sezoniniai vaisiai | | 100 |

Vyr.virėja Natalja Volodzko

**VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA**

TVIRTINU
Direktorė
*Olga Černis*

# MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 m. amžiaus grupei
2 savaitė 2 diena

| Eil. Nr. | Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga (g) |
|---|---|---|---|
| 1. | Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba su jogurtine grietine (tausojantis) (augalinis) | 1-3/21AT | 150/10 |
| 2. | Orkaitėje keptos vištienos šlaunelės (tausojantis) | P025 | 150 |
| 3. | Bulvių košė su sviestu (82%)(tausojantis) | 4-3/64T | 150 |
| 4. | Morkų, obuolių ir salierų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)<br>Ridikėliai (raudonieji) | 2-1/25A<br>D006 | 150<br>100 |
| 5. | Viso grūdo duona | | 30 |
| 6. | Sezoniniai vaisiai | 17-1/2 | 70 |

Vyr.virėja Natalja Volodzko

**VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA**

TVIRTINU
Direktorė
*Olga Černis*

# MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 m. amžiaus grupei
2 savaitė 3 diena

| Eil. Nr. | Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga (g) |
|---|---|---|---|
| 1. | Pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis ir jogurtine grietine (tausojantis) (augalinis) | 1-3/35AT | 150/10 |
| 2. | Troškinta jautiena su daržovėmis ir rozmarinu (tausojantis) | J003 | 150 |
| 3. | Viso grūdo makaronai su sviestu( 82%) (tausojantis) | 6-3/61AT | 250 |
| 4. | Kepti su garais burokėliai su saulėgrąžomis (augalinis)<br>Saldžiosios raudonosios paprikos | 4-7/143AT<br>D006 | 150<br>100 |
| 5. | Viso grūdo duona | | 30 |
| 6. | Sezoniniai vaisiai | | 170 |

Vyr.virėja Natalja Volodzko

**VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA**

TVIRTINU
Direktorė
*Olga Černis*

# MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 m. amžiaus grupei
2 savaitė 4 diena

| Eil. Nr. | Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga (g) |
|---|---|---|---|
| 1. | Barščiai su jogurtine grietine (tausojantis) (augalinis) | 1-3/39AT | 150/10 |
| 2. | Kalakutienos kukuliai su morkomis (tausojantis) | 10-3/62T | 150 |
| 3. | Virtos bulguro kruopų košė su sviestu( 82%) (tausojantis) | Gr006 | 200 |
| 4. | Švž.agurkas (augalinis )<br>Morkų lazdelės | <br>D006 | 100<br>100 |
| 5. | Viso grūdo duona | | 30 |
| 6. | Sezoniniai vaisiai | | 70 |

Vyr.virėja Natalja Volodzko

**VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA**

TVIRTINU
Direktorė
*Olga Černis*

# MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 m. amžiaus grupei
2 savaitė 5 diena

| Eil. Nr. | Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga (g) |
|---|---|---|---|
| 1. | Žirnių sriuba su bulvėmis, morkomis (tausojantis) (augalinis) | 1-3/24AT | 150 |
| 2. | Kepta garuose lašišos filė (tausojantis) | 9-7/145T | 80 |
| 3. | Bulvių košė su sviestu( 82%) (tausojantis) | 4-3/64T | 150 |
| 4. | Švž.pomidorai (augalinis )<br>Agurkų salotos su krapais | D006<br>S011 | 100<br>120 |
| 5. | Viso grūdo duona | | 30 |
| 6. | Sezoniniai vaisiai | | 70 |

Vyr.virėja Natalja Volodzko

**VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA**

TVIRTINU
Direktorė
*Olga Černis*

# MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 m. amžiaus grupei
3 savaitė 1 diena

| Eil. Nr. | Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga (g) |
|---|---|---|---|
| 1. | Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu ir jogurtine grietine (tausojantis) | 1-3/31AT | 150/10 |
| 2. | Keptas garuose netikras kiaulienos ir jautienos zuikis (tausojantis) | 11-7/140T3 | 150 |
| 3. | Grikių kruopų košė su sviestu (82%)(tausojantis) | 3-3/33AT | 200 |
| 4. | Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)<br>Ridikėliai | 2-1/6A<br>D006 | 110<br>100 |
| 5. | Viso grūdo duona | | 30 |
| 6. | Sezoniniai vaisiai | | 170 |

Vyr. virėja Natalja Volodzko

**VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA**

TVIRTINU
Direktorė
*Olga Černis*

# MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 m. amžiaus grupei
3 savaitė 2 diena

| Eil. Nr. | Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga (g) |
|---|---|---|---|
| 1. | Tiršta bulvių sriuba su mėsos kukuliais ir jogurtine grietine (tausojantis) | 18 | 150/20/20 |
| 2. | Orkaitėje keptos vištienos lazdelės su pomidoru padažu (tausojantis) | P018 | 150/50 |
| 3. | Virti ryžiai su kariu ir sviestu (82%)(tausojantis) | Gr002 | 150 |
| 4. | Virtų burokėlių salotos su obuoliais ir aliejaus padažu (augalinis)<br>Brokoliai | 2-3/63A<br>D006 | 150<br>100 |
| 5. | Viso grūdo duona | | 30 |
| 6. | Sezoniniai vaisiai | | 170 |

Vyr.virėja Natalja Volodzko

**VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA**

TVIRTINU
Direktorė
*Olga Černis*

# MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 m. amžiaus grupei
3 savaitė 3 diena

| Eil. Nr. | Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga (g) |
|---|---|---|---|
| 1. | Pieniška grikių kruopų sriuba (tausojantis ) | 1-3/32T | 150 |
| 2. | Troškinta jautiena su morkomis ir porais (tausojantis) | 12-5/102T | 150 |
| 3. | Miežinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis) | 3-3/30T | 250 |
| 4. | Kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais, žalumynais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis )<br>Morkų lazdelės | S008<br>D006 | 100<br>100 |
| 5. | Viso grūdo duona | | 170 |
| 6. | Sezoniniai vaisiai | | 170 |

Vyr.virėja Natalja Volodzko

**VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA**

TVIRTINU
Direktorė
*Olga Černis*

# MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 m. amžiaus grupei
3 savaitė 4 diena

| Eil. Nr. | Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga (g) |
|---|---|---|---|
| 1. | Pertrinta moliūgų sriuba (tausojantis) | Sr002 | 150/6 |
| 2. | Kalakutienos krūtinėlės ir daržovių troškinys ( bulvės, morkos, žirneliai, kopūstai) (tausojantis) | 10-5/101T | 210 |
| 3. | Morkų salotos su česnaku ir jogurtine grietine (augalinis )<br>Švž.pomidorai | 2-1/11<br>D006 | 150<br>100 |
| 4. | Viso grūdo duona | | 30 |
| 5. | Sezoniniai vaisiai | | 90 |

Vyr.virėja Natalja Volodzko

**VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA**

TVIRTINU
Direktorė
*Olga Černis*

# MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 m. amžiaus grupei
3 savaitė 5 diena

| Eil. Nr. | Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išeiga (g) |
|---|---|---|---|
| 1. | Pomidorinė sriuba su ryžiais ir jogurtine grietine (tausojantis) | 1-3/33AT | 150/10 |
| 2. | Orkaitėje kepti maltos žuvies kotletai su lašišos filė (tausojantis) | 9-8/162T | 150 |
| 3. | Bulvių košė su sviestu (82%) (tausojantis) | 4-3/64T | 150 |
| 4. | Virti burokėliai su svogūnais (augalinis )<br>Švž.agurkas | 4-3/69AT<br>D006 | 130<br>100 |
| 5. | Viso grūdo duona | | 30 |
| 6. | Sezoniniai vaisiai | | 90 |

Vyr.virėja Natalja Volodzko