

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė

Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

7-10 m. amžiaus grupei

1 savaitė 1 diena

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)
1.	Valstiečių sriuba su jogurtine grietine (tausojantis) (augalinis)	8	150/10
2.	Vištienos filė troškiny su žaliaisiais žirneliais (tausojantis)	10-5/100T	200
3.	Biri grikių kruopų košė (tausojantis)	3-3/33T	110
4.	Kopūstų, pomidorų, agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/8A	130
5.	Viso grūdo duona		30
6.	Sezoniniai vaisiai		70

Vyr.virėja

Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė

Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

7-10 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	Virtos pienoškos dešrelės su pomidoru padažu (tausojantis)		150/50
3	Virta bulvių ir brokolių košė (tausojantis)	4-3/61T	100
4	Morkų salotos su džiovintomis slyvomis, česnakais ir jogurtine grietine (augalinis)	2-1/11	110
5	Viso grūdo duona		30
6	Sezoniniai vaisiai		170

Vyr.virėja

Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė

Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

7-10 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	Troškinta jautiena su morkomis ir porais (tausojantis)	12-5/102T	120
3	Virti makaronai su sviestu (tausojantis)	1-3/60T	190
4	Burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)	2-3/62A	100
5	Viso grūdo duona		30
6	Sezoniniai vaisiai		70

Vyr.virėja

Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė

Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

7-10 m. amžiaus grupei

1 savaitė 4 diena

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)
1.	Vištienos sultinys su spageti (tausojantis)	3	150/20
7	Keptas garuose šnicelis (kiaulienos ir jautienos kumpis) (tausojantis)	26	150/10
2.	Bulvių košė su sviestu (tausojantis)	4-3/64T	110
3.	Pekino kopūstų, obuolių, agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/7A	110
4.	Viso grūdo duona		30
5.	Sezoniniai vaisiai		70

Vyr.virėja

Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė

Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

7-10 m. amžiaus grupei

1 savaitė 5 diena

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (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	90
3.	Virti ryžiai su ciberžolė ir sviestu(82%) (tausojantis)	4-3/64T	90
4.	Švž.pomidorai (augalinis)		50
5.	Viso grūdo duona		30
6.	Sezoniniai vaisiai		70

Vyr.virėja

Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė

Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

7-10 m. amžiaus grupei

2 savaitė 1 diena

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)
1.	Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba su jogurtine grietine (tausojantis) (augalinis)	1-3/37AT	150/10
2.	Ryžių plovavimas su kiauliena (tausojantis)	10-5/109T	100/150
3.	Kopūstų salotos su paprika ir aliejumi (augalinis)	2-3/61A	130
4.	Viso grūdo duona		30
5.	Sezoniniai vaisiai		100

Vyr.virėja

Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė

Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

7-10 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.	Kalakutienos kukuliai su morkomis (tausojantis)	10-3/62T	150
3.	Kvietinių kruopų košė su sviestu (82%)(tausojantis)	3-3/30T	250
4.	Morkų, obuolių ir salierų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/25A	120
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

7-10 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.	Keptos garuose vištienos blauzdeliai (tausojantis)	5	150
3.	Bulvių košė su sviestu (82%)(tausojantis)	4-3/64T	110
4.	Švž.agurkas (augalinis)		50
5.	Viso grūdo duona		30
6.	Sezoniniai vaisiai		170

Vyr.virėja

Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė

Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

7-10 m. amžiaus grupei

2 savaitė 4 diena

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)
1.	Barščiai su jogurtine grietine (tausojantis) (augalinis)	1-3/39AT	150/10
2.	Jautienos troškiny su morkomis ir porais (tausojantis)	12-5/102T	120
3.	Viso grūdo makaronai su sviestu(82%) (tausojantis)	6-3/61AT	190
4.	Kepti su garais burokėliai su saulėgražomis (augalinis)	4-7/143AT	100
5.	Viso grūdo duona		30
6.	Sezoniniai vaisiai		70

Vyr.virėja

Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė

Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

7-10 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	50
3.	Bulvių košė su sviestu(82%) (tausojantis)	4-3/64T	110
4.	Švž.pomidorai (augalinis)		50
5.	Viso grūdo duona		30
6.	Sezoniniai vaisiai		70

Vyr.virėja

Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė

Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

7-10 m. amžiaus grupei
3 savaitė 1 diena

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)
1.	Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis, brokoliu ir jogurtine grietine (tausojantis) (augalinis)	1-3/31AT	150/10
2.	Keptas garuose netikras zuikis (kiaulienos ir jautienos kumpis) (tausojantis)	11-7/140T3	130
3.	Ryžių kruopų košė su sviestu (82%)(tausojantis)	3-3/36AT	110
4.	Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A	100
5.	Viso grūdo duona		30
6.	Sezoniniai vaisiai		70

Vyr.virėja

Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė

Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

7-10 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	150/10/10
2.	Varškės (9%) apkepas su razinomis, grietine (30%) ir trintomis uogomis (tausojantis)	7-8/168T	150/30/40
3.	Lietuviškos salotos	28	100
4.	Viso grūdo duona		30
5.	Sezoniniai vaisiai		70

Vyr.virėja

Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė

Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

7-10 m. amžiaus grupei
3 savaitė 3 diena

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)
1.	Pieniška grikių kruopų sriuba (tausojantis)	1-3/32T	200
2.	Kalakutienos krūtinėlės ir daržovių troškinys (bulvės, morkos, žirneliai, kopūstai) (tausojantis)	10-5/101T	160
3.	Morkų salotos su česnakais ir jogurtine grietine (10%) (augalinis)	2-1/11	100
4.	Viso grūdo duona		30
5.	Sezoniniai vaisiai		170

Vyr.virėja

Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė

Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

7-10 m. amžiaus grupei
3 savaitė 4 diena

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)
1.	Pertrinta moliūgų sriuba (tausojantis)	22	150
2.	Troškinta jautiena su morkomis ir porais (tausojantis)	12-5/102T	120
3.	Viso grūdo makaronai su sviestu (82%) (tausojantis)	6-3/61AT	190
4.	Švž.pomidorai (augalinis)		50
5.	Viso grūdo duona		30
6.	Sezoniniai vaisiai		90

Vyr.virėja

Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė

Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

7-10 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	110
3.	Bulvių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	4-3/64T	100
4.	Virti burokėliai su svogūnais (augalinis)	4-3/69AT	110
5.	Viso grūdo duona		30
6.	Sezoniniai vaisiai		90

Vyr.virėja

Natalja Volodzko