

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU

Direktore



Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

7-10 m. amžiaus grupei

1 savaitė 1 diena

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)
1.	Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis su jogurtine grietine (tausojantis) (augalinis)	1-3/28AT 1	150/10
2.	Grietinėleje troškinta vištienos krūtinėlė su morkomis (tausojantis)	10-5/100T	120
3.	Biri grikių kruopų košė (tausojantis)	3-3/33T	90
4.	Švž.agurkai (augalinis)		50
5.	Viso grūdo duona		25
6.	Sezoniniai vaisiai		70

Maitinimo padalinio vadovė

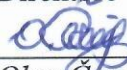


Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU

Direktore


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 ir pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis, kopūstais ir jogurtine grietine (tausojantis) (augalinis)	1-3/27AT	150/10
2.	Apkepti natūralūs kotletai su pomidoru ir sūriu (tausojantis)	23	75
3.	Virta bulvių ir brokolių košė (tausojantis)	4-3/61T	100
4.	Kopūstų, morkų, obuolių salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/20A 3	120
5.	Viso grūdo duona		25
6.	Sezoniniai vaisiai		170

Maitinimo padalinio vadovė



Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU

Direktorei


Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

7-10 m. amžiaus grupei

1 savaitė 3 diena

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)
1	Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	27	200
2	Troškinta jautiena su morkomis ir porais (tausojantis)	12-5/102T	120
3	Ryžių kruopų košė su ciberžole (tausojantis)	3-3/36AT	90
4	Morkų salotos su česnakais ir nesaldintu jogurtu (augalinis)	2-1/11	90
5	Viso grūdo duona		25
6	Sezoniniai vaisiai		70

Maitinimo padalinio vadovė



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.	Pertrinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	22	150
2.	Kalakutienos filė ir daržovių troškinys (kukurūzai, morkos, paprika) (tausojantis)	10-5/102T	120
3.	Biri perlinių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	3-3/51T	90
4.	Švž.pomidorai (augalinis)		50
5.	Viso grūdo duona		25
6.	Sezoniniai vaisiai		70

Maitinimo padalinio vadovė

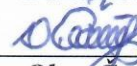


Natalja Volodzko

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 kepti maltos žuvies kotletai (tausojantis)	9-8/162T	90
3.	Bulvių košė su sviestu(82%) (tausojantis)	4-3/64T	110
4.	Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)	2-3/62A	100
5.	Viso grūdo duona		25
6.	Sezoniniai vaisiai		70

Maitinimo padalinio vadovė



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.	Išeiga (g)
1.	Burokėlių sriuba su jogurtine grietine (tausojantis) (augalinis)	1-3/39AT	150/10
2.	Vištienos filė guliašas su morkomis pomidoru tyrėje (tausojantis)	10-5/105T	160
3.	Biri grikių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	3-3/33T	110
4.	Kopūstų, pomidorų ir agurkų salotos su aliejumi (augalinis)	2-3/61A	130
5.	Viso grūdo duona		25
6.	Sezoniniai vaisiai		100

Maitinimo padalinio vadovė



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.	Išėiga (g)
1.	Pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis ir jogurtine grietine (tausojantis) (augalinis)	1-3/35AT	150/10
2.	Troškinta kiauliena su morkomis ir porais (tausojantis)	11-5/102T	180
3.	Bulvių košė su sviestu 82% (tausojantis)	4-3/65AT	110
4.	Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir marinuotas agurkais (augalinis)	2-3/61A	90
5.	Viso grūdo duona		25
6.	Sezoniniai vaisiai	17-1/2	70

Maitinimo padalinio vadovė



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.	Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba su jogurtine grietine(tausojantis) (augalinis)	1-3/21AT	150/10
2.	Kalakutienos kukuliai su morkomis (tausojantis)	10-3/62T	100
3.	Kvietinių kruopų košė su sviestu (82%)(tausojantis)	3-3/30T	150
4.	Morkų, obuolių ir salierų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/25A	120
5.	Viso grūdo duona		25
6.	Sezoniniai vaisiai		170

Maitinimo padalinio vadovė



Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU

Direktore



Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

7-10 m. amžiaus grupei

2 savaitė 4 diena

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)
1.	Raudonųjų lęšių sriuba su bulvėmis, morkomis, salierais ir jogurtine grietine (tausojantis) (augalinis)	1-3/42AT	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.	Švž.agurkas (augalinis)		50
5.	Viso grūdo duona		25
6.	Sezoniniai vaisiai		70

Maitinimo padalinio vadovė



Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU

Direktore



Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

7-10 m. amžiaus grupei

2 savaitė 5 diena

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)
1.	Pomidorinė sriuba su ryžiais ir jogurtine grietine (tausojantis) (augalinis)	1-3/33AT	150/10
2.	Orkaitėje keptas lašišos apkepas (tausojantis)	9-8/166T	100
3.	Bulvių košė su sviestu(82%) (tausojantis)	4-3/64T	90
4.	Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A	90
5.	Viso grūdo duona		25
6.	Sezoniniai vaisiai		70

Maitinimo padalinio vadovė



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.	Išėiga (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.	Kopūstų salotos su paprika (augalinis)	2-1/19A	100
5.	Viso grūdo duona		25
6.	Sezoniniai vaisiai		70

Maitinimo padalinio vadovė



Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU

Direktore



Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

7-10 m. amžiaus grupei

3 savaitė 2 diena

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (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		25
5.	Sezoniniai vaisiai		70

Maitinimo padalinio vadovė



Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU

Direktore



Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

7-10 m. amžiaus grupei

3 savaitė 3 diena

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)
1.	Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba su jogurtine grietine (tausojantis) (augalinis)	1-3/37AT 1	150/10
2.	Kalakutienos krūtinėlės ir daržovių troškiny (bulvės, morkos, žirneliai, kopūstai) (tausojantis)	10-5/101T	160
3.	Agurkų salotos su jogurtine grietine (10%) (augalinis)	2-1/14	110
4.	Viso grūdo duona		25
5.	Sezoniniai vaisiai		170

Maitinimo padalinio vadovė



Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU

Direktore



Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

7-10 m. amžiaus grupei

3 savaitė 4 diena

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)
1.	Barščiai su bulvėmis, kopūstais, morkomis ir jogurtine grietine (tausojantis)	1-3/39AT	150/10
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.	Šviežių morkų salotos su obuoliais ir citrinos sultimis (augalinis)	2-1/25A	50
5.	Viso grūdo duona		25
6.	Sezoniniai vaisiai		90

Maitinimo padalinio vadovė



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.	Išėiga (g)
1.	Tiršta žirnių sriuba (tausojantis)	1-3/24AT	150
2.	Kepta garuose žuvis (jūros lydekos filė) su provanso žolelėmis (tausojantis)	9-7/144T	90
3.	Bulvių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	4-3/64T	90
4.	Kepti su garais burokėliai su saulėgrąžomis (augalinis)	4-7/143AT	100
5.	Viso grūdo duona		25
6.	Sezoniniai vaisiai		90

Maitinimo padalinio vadovė



Natalja Volodzko