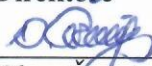


VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU

Direktorė


Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 m. amžiaus grupei

1 savaitė 1 diena

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (g)
1.	Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis, morkomis ir jogurtine grietine (tausojantis, augalinis)	1-3/28AT 1	150/10
2.	Grietinėleje troškinta vištienos krūtinėlė su morkomis (tausojanti)	10-5/100T	180
3.	Biri grikių kruopų košė (tausojanti)	3-3/33T	110
4.	Švž.agurkas (augalinis)		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

11-18 m. amžiaus grupei

1 savaitė 2 diena

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (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 sūriu ir pomidoru (tausojantis)	23	100
3.	Bulvių ir brokolių košė (tausojantis)	4-3/61T	150
4.	Kopūstų, morkų ir obuolių salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/20A 3	150
5.	Viso grūdo duona		25
6.	Sezoniniai vaisiai		170

Maitinimo padalinio vadovė



Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU

Direktorei


Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 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	150
3.	Ryžių kruopų košė su ciberžole (tausojantis)	3-3/36AT	150
4.	Morkų salotos su česnakais ir nesaldintu jogurtu(augalinis)		50
5.	Viso grūdo duona		20
6.	Sezoniniai vaisiai		70

Maitinimo padalinio vadovė




Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU

Direktore



Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 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	140
3.	Biri perlinių kruopų košė su sviestu(82%) (tausojantis)	3-3/51T	110
4.	Švž.pomidorai (augalinis)		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

11-18 m. amžiaus grupei

2 savaitė 1 diena

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga (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	180
3.	Biri grikių kruopų košė su sviestu(tausojantis)	3-3/33T	200
4.	Viso grūdo duona		25
5.	Kopūstų, pomidorų ir agurkų salotos su aliejumi	2-3/61A	150
6.	Sezoniniai vaisiai		70

Maitinimo padalinio vadovė



Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU

Direktore


Olga Čerňis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 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	210
3.	Bulvių košė su sviestu 82% (tausojantis)	4-3/65AT	150
4.	Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir marinuotais agurkais (augalinis)	2-3/61A	110
5.	Viso grūdo duona		25
6.	Sezoniniai vaisiai		170

Maitinimo padalinio vadovė



Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU

Direktore



Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 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	250
4.	Morkų, obuolių ir salierų salotos su aliejumi (augalinis)	2-1/25A	150
5.	Viso grūdo duona		25
6.	Sezoniniai vaisiai		170

Maitinimo padalinio vadovė



Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU

Direktore



Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 m. amžiaus grupei

2 savaitė 4 diena

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (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	150
3.	Viso grūdo makaronai su sviestu (tausojantis)	6-3/61AT	250
4.	Švž.agurkas (augalinis)		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

11-18 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 (tausojantis)	4-3/64T	150
4.	Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A	110
5.	Viso grūdo duona		25
6.	Sezoniniai vaisiai		70

Maitinimo padalinio vadovė



Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU

Direktore



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	130
3.	Ryžių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/36AT	150
4.	Kopūstų salotos su paprika (augalinis)	2-1/19A	150
5.	Viso grūdo duona		25
6.	Sezoniniai vaisiai		170

Maitinimo padalinio vadovė




Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU

Direktore



Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 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	150/20/10
2.	Varškės (9%) apkepas su razinomis, grietine (30%) ir trintomis uogomis (tausojantis)	7-8/168T	200/30/40
3.	Lietuviškos salotos	28	100
4.	Viso grūdo duona		25
5.	Sezoniniai vaisiai		170

Maitinimo padalinio vadovė



Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU

Direktore



Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 m. amžiaus grupei

3 savaitė 3 diena

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)
1.	Pomidorų ir lešių sriuba su jogurtine grietine (tausojantis) (augalinis)	1-3/37AT 1	150/10
2.	Kalakutienos krūtinėlės ir daržovių troškinys (bulvės, morkos, žirneliai, kopūstai) (tausojantis)	10-5/101T	180
3.	Agurkų salotos su jogurtine grietine (10%) (augalinis)	2-1/14	130
4.	Viso grūdo duona		25
5.	Sezoniniai vaisiai		170

Maitinimo padalinio vadovė



Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU

Direktore



Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 m. amžiaus grupei

3 savaitė 4 diena

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)
1.	Barščiai su bulvėmis, morkomis ir jogurtine grietine(tausojantis) (augalinis)	1-3/39AT	150/10
2.	Troškinta jautiena su morkomis ir porais (tausojantis)	12-5/102T	1500
3.	Viso grūdo makaronai su sviestu (82%) (tausojantis)	6-3/61AT	250
4.	Šviežių morkų salotos su obuoliais ir citrinos sultimis (augalinis)	2-1/25A	110
5.	Viso grūdo duona		25
6.	Sezoniniai vaisiai		140

Maitinimo padalinio vadovė

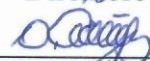


Natalja Volodzko

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJA

TVIRTINU

Direktore



Olga Černis

MOKINIŲ MAITINIMO VALGIARAŠTIS

11-18 m. amžiaus grupei

3 savaitė 5 diena

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga (g)
1.	Tiršta žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-3/24AT	150
2.	Kepta garuose žuvis (jūros lydekos filė) su provanso žolelėmis (tausojantis)	9-8/166T	90
3.	Bulvių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	4-3/64T	150
4.	Kepti su garais burokėliai su saulėgrąžomis (augalinis)	4-7/143AT	150
5.	Viso grūdo duona		25
6.	Sezoniniai vaisiai		140

Maitinimo padalinio vadovė



Natalja Volodzko