

MARIJAMPOLĖS SAV. MOKOLŲ PROGIMNAZIJA
Mokyklos g., 5, Mokolų k., Mokolų sėn., Marijampolės sav. 68461

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

6 – 10 METŲ

(mokamas)

Valgyklos darbo laikas

Nuo 8.30 iki 14.30 val.

1 savaitė Pirmadienis

Maitinimas nuo 10-25 iki 11-40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga
Ukrainietiški barščiai (tausojantis)	1-3/35TGV 10N	150
Ekologiška šviesi duona su moliūgų sėklomis	18/70 5	30
Grietinė 30%	18/1 1	30
Orkaitėje apkepti lietiniai blynai su varškės(9%) įdaru (tausojantis)	7-8/163	150
Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau kaip 3 rūšys)	18/30 1	90
Uogų ir bananų tyrė (augalinis)	15-1/9AGPcVVgGP 10N	150

1 savaitė Antradienis

Maitinimas nuo 10-25 iki 11-40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga
Pieniška kiaušinių makaronų sriuba su sviestu 82%(tausojantis)	1-3/32/MT	150
Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių troškinys (tausojantis)	10-5/101AT	84/96
Kuskusas (augalinis) (tausojantis)	3-3/9ATPcPVVg 10N	120
Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau kaip 3 rūšys)	18/30 1	120

1 savaitė Trečiadienis

Maitinimas nuo 10-25 iki 11-40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga
Skaldytų žirnių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	1-3/37ATGPPVg 10N	150
Ekologiška viso grūdo ruginė duona su daigintais rugių grūdais	18/70 4	30
Kiaulienos kukuliai su rausvučiu padažu (tausojantis)	11-7/139T 10N	100/20
Veganiška perlinių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	3-3/14ATPcPVVg 10N	100
Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau kaip 3 rūšys)	18/30 1	90

1 savaitė Ketvirtadienis

Maitinimas nuo 10-25 iki 11-40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga,g
Trinta moliūgų sriuba su anakardžių riešutais (augalinis) (tausojantis)	1-3/22ATGPPVg 10S	150
Ekologiška šviesi duona su moliūgų sėklomis	18/70 5	30
Grietinė 36%	18/1 2	30
Virta pieniška dešrelė	A55-1T	100
Bulvių košė su krapais (tausojantis)	4-3/7TGV 10N	100
Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau kaip 3 rūšys)	18/30 1	90

1 savaitė Penktadienis

Maitinimas nuo 10-25 iki 11-40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SRII-3/25AT 10N	150
Viso grūdo ruginė duona	18/70 3	30
Kepta su garais lašišos file (tausojantis)	9-7/145T	110
Sūrio ir žirnelių padažas(tausojantis)	9-8/170T 10N	30
Nešlifuoti ryžiai su alyvuogių aliejumi ir žalumynais (augalinis)(tausojantis)	GGA79 T 10N	120
Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau kaip 3 rūšys)	18/30 1	120

2 savaitė Pirmadienis

Maitinimas nuo 10-25 iki 11-40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Burokėlių ir pomidorų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/17ATGPVVg 10N	150
Ekologiška šviesi duona su moliūgų sėklomis	18/70 5	30
Grietinė 30%	18/1 1	30
Tradiciniai virti varškėčiai (tausojantis)	7-3/61TV 10N	180
Grietinė(36%) ir sviesto(82%) padažas	7-3/61TVP 10N	30

2 savaitė Antradienis

Maitinimas nuo 10-25 iki 11-40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Rūgštynių sriuba(augalinis)(tausojantis)	1-3/29AT	150
Viso grūdo ruginė duona	18/70 3	30
Grietinė 30%	18/1 1	30
Veršienos troškinys su pupelėmis (tausojantis)	12-5/100T 10N	90/90
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	3-3/6ATGPPcVgV 10N	120
Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau kaip 3 rūšys)	18/30 1	120
Varškė (9%) su nesaldintu jogurtu(3,8%) ir uogomis	15 1/1	120

2 savaitė Trečiadienis

Maitinimas nuo 10-25 iki 11-40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojantis)	1-3/31AT	150
Viso grūdo ruginė duona su daigintais rugių grūdais	18/70 4	30
Kepti su garais vištienos kukuliai su sezamo sėklomis (tausojantis)	10-7/143T	100
Morkų, svogūnų ir česnakų padažas su ciberžole (augalinis)	14-6/120A	50
Žirnių košė su morkomis ir sviestu (82%) (tausojantis)	5-3/61T	110
Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau kaip 3 rūšys)	18/30 1	90

2 savaitė Ketvirtadienis

Maitinimas nuo 10-25 iki 11-40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Tiršta daržovių sriuba su pupelėmis ir bulguru (tausojantis) (augalinis)	1-3/28ATPVVg 10N	150
Grietinė 30%	18/1 1	30
Viso grūdo ruginė duona	18/70 3	30
Kiaulienos kumpių guliašas pomidorų tyrėje (tausojantis)	11-5/105T	81/79
Miežinių kruopų košė (augalinis)(tausojantis)	3-3/30AT	100
Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau kaip 3 rūšys)	18/30 1	90

2 savaitė Penktadienis

Maitinimas nuo 10-25 iki 11-40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Raugintų kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	SRI1-3/26AT 10N	150
Ekologiška šviesi duona su moliūgų sėklomis	18/70 5	30
Grietinė 30%	18/1 1	30
Kepta su garais juodųjų paltusų filė(tausojantis)	ZUI9-7/148 T	110
Perlinių kruopų rizotas (tausojantis)	3-3/8TPcV 10N	120

3 savaitė Pirmadienis

Maitinimas nuo 10-25 iki 11-40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SRI1-3/34AT 10N	150
Viso grūdo ruginė duona	18/70 3	30
Grietinė 30%	18/1 1	30
Varškės apkepas (tausojantis)	6-5/100TP 10N	200
Trintos braškės (augalinis)	15-1/10AGPVVg 10N	120

3 savaitė Antradienis

Maitinimas nuo 10-25 iki 11-40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Pieniška (2,5%) miežinių kruopų sriuba su sviestu 82% (tausojantis)	SRI1-3/32T	150
Ekologiška šviesi duona su moliūgų sėklomis	18/70 5	30
Troškinta vištiena su šparaginėmis pupelėmis ir morkomis (tausojantis)(ankštinis)	10-5/108T	96/104
Orkaitėje keptos bulvės su apelsinų sultimis (augalinis) (tausojantis)	4-8/163AT	120
Braškinis kefyro kokteilis	17-1/3GV 10N	210

3 savaitė Trečiadienis

Maitinimas nuo 10-25 iki 11-40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/25AT	150
Ekologiška visų grūdo dalių ruginė duona	18/70 4	30
Grietinė 30%	18/1 1	30
Maltas paukštienos šnicelis (tausojantis)	AAP49	120
Jogurtinis padažas 3,8% su žalumynais	PAD2	30
Kuskusas (augalinis) (tausojantis)	3-3/6ATGPPcVgV 10N	100
Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau kaip 3 rūšys)	18/30 1	120

3 savaitė Ketvirtadienis

Maitinimas nuo 10-25 iki 11-40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Trinta daržovių sriuba (augalinis)(tausojantis)	1-3/41AT	150
Grietinė 36%	18/1 2	30
Viso grūdo ruginė duona	18/70 3	30
Veršienos plovas (tausojantis)	12-5/98TGP 10N	350
Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau kaip 3 rūšys)	18/30 1	90

3 savaitė Penktadienis

Maitinimas nuo 10-25 iki 11-40 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Pomidorinė su ryžiais sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/33AT	150
Grietinė 30%	18/1 1	30
Viso grūdo ruginė duona su daigintais rugių grūdais	18/70 4	30
Šilkiniai žuvies kukuliai sūrio padaže (tausojantis)	9-8/167T	130/20
Bulgur kruopos (tausojantis) (augalinis)	GGA82 T 10N	100
Vaisinis kokteilis su linų sėmenimis (augalinis)	15-1/4A	210