

MARIJAMPOLĖS SAV. MOKOLŲ PROGIMNAZIJA
Mokolų k., Šunskų sen., Marijampolės sav., LT 68461

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS
11 METŲ IR VYRESNIO AMŽIAUS
(mokamas)

Valgyklos darbo laikas

Nuo 9-00 iki 14-00

2023.12.01

Direktorė Asta Kulbokienė

1 savaitė Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Rūgštynių sriuba (augalinis) (tausojantis) <i>Grietinė 30 %</i>	1-3/29AT	150
<i>Grietinėlė</i>		20
Viso grūdo ruginė duona		
<i>Ruginis salyklas, viso grūdo ruginiai miltai, ruginiai miltai</i>		30
Virti viso grūdo makaronai su kalakutiena (tausojantis) <i>Kvietiniai viso grūdo miltai</i>	6-5/100TP 10N	37/123
Troškintos šparaginės pupelės su paprika (ankštinis) (augalinis) (tausojantis)	13Gar	90
Sezoninės daržovės (šviežios/raugintos)		70

1 savaitė Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Daržovių ir viso grūdo makaronų sriuba (augalinis) (tausojantis) <i>Kvietiniai viso grūdo miltai</i>	1-3/38AT	150
Kepti su garais vištienos kukuliai su sezamo sėklomis <i>Sezamo sėklas, salierai, riešutų, pieno ir produktų pėdsakai, javų pėdsakai, kiaušiniai, avižiniai miltai</i>	10-7/143T	90
Biri perlinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis) <i>Miežių perlinės kruopos, sviestas 82 %</i>	3-3/51T	90
Ryžių ir daržovių mišrainė (augalinis)	2-1/15AGPcPVVg 10N	90
Sezoninės daržovės (šviežios/raugintos)		70

1 savaitė Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga,g
Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/28AT	150
Grietinė 30%		20
<i>Grietinėlė</i>		
Viso grūdo ruginė duona		
<i>Ruginis salyklas, viso grūdo ruginiai miltai, ruginiai miltai</i>		30
Virta pieniška dešrelė	A55-1T	100
Viso grūdo makaronai su daržovėmis ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)(tausojantis)	GGA72B	150
<i>Viso grūdo ruginiai miltai, grietinėlė</i>		
Sezoninės daržovės (šviežios/raugintos)		90

1 savaitė Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (augalinis) (tausojantis) <i>Pupelės</i>	1-3/35AT	150
Ryžių plovė su kalakutienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	10-5/109T	99/81
Sezoninės daržovės (šviežios/raugintos)		85
Kopūstų, pomidorų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/8A	90

2023.12.01

Direktorė Asta Kulbokienė

1 savaitė Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis) (tausojantis) <u>Perlinės kruopos</u>	1-3/25AT	150
Šilkiniai žuvies kukuliai sūrio padaže (tausojantis) <u>Menkės file, grietinėlė 30%, kiaušiniai, manų kruopos, lydytas strelis</u>	9-8/167T	130/20
Bulvių košė su sviestu(82%) (tausojantis) <u>Sviestas 82%</u>	4-3/64T	90
Sezoninės daržovės (šviežios/raugintos)		90
Burokelių ir raugintų agurkų salotos su pupelėmis (augalinis) (ankštinis)	2-1/6AGPPcVVg/a 10N	90

2 savaitė Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Burokelių sriuba su viso grūdo duona (augalinis) (tausojantis) <u>Kvietiniai viso grūdo miltai</u>	1-3/17ATGPVVg 10N	150
Virti viso grūdo makaronai su malta kiauliena (tausojantis) <u>Kvietiniai viso grūdo miltai, grietinėlė, pieno rūgšties bakterijos</u>	11-5/101T	160
Sezoninės daržovės (šviežios/raugintos)		90
Troškintos šparaginės pupelės su paprika (augalinis) (tausojantis)	GGA70A	90

2 savaitė Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/24AT	150
Maltas paukštienos šnicelis (tausojantis) <u>Kiaušiniai, viso grūdo kvietiniai miltai</u>	V10	100
Jogurtinis padažas (jogurtas 3,8%) su žalumynais <u>Pienas, pieno baltymai</u>	2014-01-02	20
Traškios bulvytės (augalinis) (tausojantis)	4-8/166AT	150
Raugintų kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/17A	90
Sezoninės daržovės (šviežios/raugintos)		90

2 savaitė Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/21AT	150
Viso grūdo ruginė duona <u>Ruginis salyklas, viso grūdo ruginiai miltai, ruginiai miltai</u>		30
Varškės apkepas (tausojantis) su grietine <u>Varškė, pienas, kiaušiniai, grietinėlė</u>	7-8/169T	200
Šviežios daržovės su jogurtinių padažu		90

2023.12.01

Direktorė Asta Kulbokienė

2 savaitė Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojantis)	1-3/31AT	150
<u>Miežių perlinės kruopos</u>		
Viso grūdo ruginė duona		30
<u>Ruginis salyklas, viso grūdo ruginiai miltai, ruginiai miltai</u>		
Troškinta vištiena su šparaginėmis pupelėmis ir morkomis (tausojantis)(ankštinis)	10-5/108T	96/104
Ledo (iceberg) salotą, paprikų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/16A	90
Grikių kruopų košė su sviestu 82%	3-3/50T	90
<u>Sviestas 82 %</u>		
Sezoninės daržovės (šviežios/raugintos)		90

2 savaitė Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Raugintų kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/26AT	150
Kepta su garais menkės filė su pomidorais, kiaušiniai ir grietine (tausojantis)	144ŽT	150
<u>Menkės file, pienas, kiaušiniai, grietinėlė, viso grūdo kyvetiniai miltai</u>		
Kukuruzų kruopų košė su sviestu 82% (tausojantis)	GGA31	90
<u>Sviestas 82%</u>		
Orkaitėje virtos bulvės su krapais (augalinis)	OVB144	90
Sezoninės daržovės (šviežios/raugintos)		90

3 savaitė Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Rūgštynių sriuba (augalinis)(tausojantis)	1-3/22AT	150
Grietinė 30%		20
<u>Grietinėlė</u>		
Viso grūdo ruginė duona		30
<u>Ruginis salyklas, viso grūdo ruginiai miltai, ruginiai miltai</u>		
Orkaitėje kepti kiaulienos kumpinės kukuliai su avižų selenomis ir tarkuotu obuoliu (tausojantis)	11-8/160T	90
<u>Kiaušiniai, avižų selenos</u>		
Miežių perlinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/41AT	90
<u>Miežių perlinės kruopos, sviestas 82%</u>		
Iceberg salotos su paprika ir agurkais su aliejaus padažu (augalinis)	GGA49A	90
Sezoninės daržovės (šviežios/raugintos)		90

3 savaitė Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Tiršta burokelių ir pupelių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/34AT	150
Viso grūdo ruginė duona		30
<i>Ruginis salyklas, viso grūdo ruginiai miltai, ruginiai miltai</i>		
Tradiciniai virti varškėliai su grietinėlės ir sviesto padažu (tausojantis) <i>Kiaušiniai, varškė 9%, svieistas 82%, pienas, grietinėlė</i>	AAP27B	200
Šviežios daržovės su jogurtinių padažu		90

3 savaitė Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis)(tausojantis)	1-3/41AT	150
Viso grūdo ruginė duona		30
<i>Ruginis salyklas, viso grūdo ruginiai miltai, ruginiai miltai</i>		
Šilkiniai menkės kukuliai sūrio padaže (tausojantis) <i>Menkės file, grietinėlė 30%, kiaušiniai, manu kruopos, lydytas sūrelis</i>	9-8/167T	130/20
Grikių kruopų košė su sviestu 82% (tausojantis) <i>Sviestas 82%</i>	3-3/50AT	90
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/7A	90
Sezoninės daržovės (šviežios/raugintos)		90

3 savaitė Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Pomidorinė su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	1-3/33AT	150
Grietinė 30%		30
<i>Grietinėlė</i>		
Viso grūdo ruginė duona		30
<i>Ruginis salyklas, viso grūdo ruginiai miltai, ruginiai miltai</i>		
Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (bulvės, morkos, pupeliai, kopūstai) troškinys (tausojantis) (ankštinis)	10-5/101T	84/96
Veganiška perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	3-3/14ATPcPVVg 10N	100
Sezoninės daržovės (šviežios/raugintos)		100

3 savaitė Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/40AT	150
Kiaulienos kumpių guliašas pomidorų tyreje (tausojantis)	10-5/105T	91/89
Traškios bulvytės (augalinis)	4-5/107T	140
Virtū burokelių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis)	GGA4	90
Sezoninės daržovės (šviežios/raugintos)		90