

**ZARASŲ PAULIAUS ŠIRVIO PROGIMNAZIJOS VALGYKLOS
VALGIARAŠTIS VASARIO MĖN.**

2018 m. vasario mėn. (pirmadienis)

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Kaina Eur
Maitinimas už talonus		
Pekino ir porų salotos su majonezu	100	0,18
Žemaičių blynai su padažu	200/30	0,64
Obuolių kompotas	200	0,13
Sūrelis „Pik-Nik“	21	0,30
Juoda duona	50	0,07
Mineralinis vanduo	330	0,38
Nemokamo maitinimo suma	-	1,70
Šalti patiekalai		
Raugintų kopūstų salotos su aliejumi	100	0,11
Kopūstų ir porų salotos su majonezu	100	0,14
Morkų salotos su česnaku, majonezu	100	0,11
Pikantiškos burokėlių salotos su majonezu	100	0,13
Šviežių agurkų salotos su grietine	80/20	0,17
Pirmieji patiekalai		
Burokėlių sriuba su grietine	250/20	0,15
Antrieji patiekalai		
Vištienos maltinis su garnyru*	100/30	0,78
Kiaulienos maltas šnicelis su garnyru	100/20	0,75
Kiaulienos kepsnys su garnyru	100/20	0,75
Kepta vištienos filė su garnyru	100/20/20/20	1,05
Lietiniai blynėliai su dešrelėmis, padažu	200/120/20	0,74
Garnyras: bulvių košė	100	
šviežių kopūstų salotos	50	

2018 m. vasario mėn. (antradienis)

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Kaina Eur
Maitinimas už talonus		
Pekino ir porų salotos su majonezu	100	0,18
Žemaičių blynai su padažu	200/30	0,64
Obuolių kompotas	200	0,13
Sūrelis „Pik-Nik“	21	0,30
Juoda duona	50	0,07
Mineralinis vanduo	330	0,38
Nemokamo maitinimo suma	-	1,70
Šalti patiekalai		
Raugintų kopūstų salotos su aliejumi	100	0,11
Pekino ir porų salotos su majonezu	100	0,18
Salotos „Naujiena“ su majonezu	100	0,13
Šviežių kopūstų salotos su majonezu	100	0,14
Morkų salotos su česnaku, majonezu	100	0,11
Burokėlių salotos su žirneliais	100	0,13
Pirmieji patiekalai		
Žirnių sriuba su grietine	250/20	0,15
Antrieji patiekalai		
Balandėliai su mėsa, bulvių košė*	200/50/100	0,66
Kiaulienos maltas šnicelis su garnyru	100/20	0,75
Kiaulienos kepsnys su garnyru	100/20	0,75
Kepta vištienos filė su garnyru	100/20/20/20	1,05
Lietiniai blynėliai su dešrelėmis, padažu	200/120/20	0,74
Aukštaičių blynai su džemu	200/30	0,48
Garnyras: bulvių košė	100	
šviežių kopūstų salotos	50	

* Tausojantis virškinimą maistas.

2018 m. vasario mėn. (trečiadienis)

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Kaina Eur
Maitinimas už talonus		
Žaliųjų žirnelių salotos su majonezu	100	0,14
Žuvies šnicelis su garnyru, padažu	100/100/20	0,77
Obuolių kompotas	200	0,10
Sūrelis „Magija“	45	0,30
Juoda duona	50	0,05
Vaisiai	190	0,22
Nemokamo maitinimo suma	-	1,70
Šalti patiekalai		
Raugintų kopūstų salotos su aliejumi	100	0,11
Pekino ir porų salotos su majonezu	100	0,18
Salotos „Naujiena“ su majonezu	100	0,13
Šviežių kopūstų salotos su majonezu	100	0,14
Morkų salotos su česnaku, majonezu	100	0,11
Šviežių agurkų salotos su grietine	80/20	0,17
Pirmieji patiekalai		
Bulvių sriuba su mėsos kukuliais, grietine	250/30/20	0,24
Antrieji patiekalai		
Žuvies šnicelis su garnyru, padažu	100/100/20	0,77
Kiaulienos maltas šnicelis su garnyru	100/20	0,75
Kiaulienos kepsnys su garnyru	100/20	0,75
Kepta vištienos filė su garnyru	100/20/20/20	1,05
Žemaičių blynai su padažu	200/30	0,64
Garnyras: bulvių košė	100	
šviežių kopūstų salotos	50	

2018 m. vasario mėn. (ketvirtadienis)

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Kaina Eur
Maitinimas už talonus		
Naminės salotos su majonezu	150	0,33
Troškintas paukštienos maltinis su garnyru*	100/30/100	0,78
Šaldytų vaisių kompotas	200	0,13
Sūrelis „Magija“	45	0,30
Juoda duona	50	0,05
Vaisiai	190	0,22
Nemokamo maitinimo suma	-	1,70
Šalti patiekalai		
Raugintų kopūstų salotos su aliejumi	100	0,11
Salotos „Naujiena“ su majonezu	100	0,13
Šviežių kopūstų salotos su majonezu	100	0,14
Naminės salotos su majonezu	100	0,22
Morkų salotos su česnaku, majonezu	100	0,11
Šviežių agurkų salotos su grietine	80/20	0,20
Pirmieji patiekalai		
Agurkinė sriuba su grietine	250/20	0,13
Antrieji patiekalai		
Maltas paukštienos maltinis su garnyru	100/20	0,78
Kiaulienos maltas šnicelis su garnyru	100/20	0,75
Kiaulienos kepsnys su garnyru	100/20	0,75
Kepta vištienos filė su garnyru	100/20/20/20	1,05
Varškės kukuliai su padažu	210/20	0,68
Garnyras: bulvių košė	100	
šviežių kopūstų salotos	50	

* Tausojantis virškinimą maistas.

2018 m. vasario mėn. (penktadienis)

Patiekalo pavadinimas	Išeiga	Kaina Eur
Maitinimas už talonus		
Pekino ir porų salotos su majonezu	100	0,18
Žemaičių blynai su padažu	200/30	0,64
Obuolių kompotas	200	0,13
Sūrelis „Pik-Nik“	21	0,30
Juoda duona	50	0,07
Mineralinis vanduo	330	0,38
Nemokamo maitinimo suma	-	1,70
Šalti patiekalai		
Raugintų kopūstų salotos su aliejumi	100	0,11
Pekino-porų salotos su majonezu	100	0,18
Pikantiškos burokėlių salotos su majonezu	100	0,13
Naminės salotos su majonezu	100	0,22
Morkų salotos su česnakų, majonezu	100	0,11
Šviežių agurkų salotos su grietine	80/20	0,20
Pirmieji patiekalai		
Raugintų kopūstų sriuba su grietine	250/20	0,18
Antrieji patiekalai		
„Trakų“ sūtinukai su garnyru	100/20	0,87
Maltos kiaulienos šnicelis su garnyru	100/20	0,75
Kiaulienos kepsnys su garnyru	100/20	0,75
Kepta vištienos filė su garnyru	100/20/20/20	1,05
Žemaičių blynai su padažu	200/30	0,64
Lietiniai su mėsa, padažu	150/75/20	0,66
Garnyras: bulvių košė	100	
šviežių kopūstų salotos	40	

* Tausojantis virškinimą maistas.

Valgykla vadovaujasi Sveikatos apsaugos ministerijos sudarytais valgiaraščiais. Išsami informacija apie patiekalų kaloringumą, baltymus, angliavandenius teikiama progimnazijos valgykloje. Nesant gamybai reikalingų produktų patiekalai gali būti keičiami.

Sudarė vyr. virėja Stasė Miškinienė