

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

2018 m. birželio mėn. (pirmadienis)

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Kaina Eur
Maitinimas už talonus		
Šviežių agurkų salotos su grietine	80/20	0,20
Pieniškės dešrelės su garnyru*	130/150/20	0,71
Sultys	200	0,19
Sūrelis „Pik-Nik“	21	0,29
Viso grūdo juoda duona	40	0,04
Obuoliai	120	0,09
Nemokamo maitinimo suma	-	1,52
Šalti patiekalai		
Morkų salotos su česnaku, majonezu	100	0,11
Šviežių kopūstų salotos su majonezu	100	0,19
Pikantiškos burokėlių salotos	100	0,19
Pekino kopūstų ir porų salotos su majonezu	100	0,18
Šviežių agurkų salotos su grietine	80/20	0,20
Pirmieji patiekalai		
Žirnių sriuba su grietine	250/20	0,15
Šaltibarščiai su bulvių koše	300/10/20	0,30
Antrieji patiekalai		
Balandėliai su padažu	200/50	0,66
Maltos kiaulienos šnicelis su garnyru	100/20	0,75
Kaimiškas kepsnys su garnyru	80/20	0,72
Kepta vištienos filė su garnyru	100/20/20/20	1,05
Lietiniai su mėsa, padažu	150/75/20	0,66
Garnyras: grikių košė	100	
šviežių kopūstų salotos	40	

2018 m. birželio mėn. (antradienis)

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Kaina Eur
Maitinimas už talonus		
Naminės salotos su majonezu	100	0,22
Troškintas paukštienos maltinis su garnyru*	100/20/100	0,78
Vaisių kompotas	200	0,13
Kriaušės	200	0,17
Viso grūdo juoda duona	30	0,03
Avižiniai sausainiai	140	0,19
Nemokamo maitinimo suma	-	1,52
Šalti patiekalai		
Morkų salotos su česnaku, majonezu	100	0,11
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi	100	0,14
Pikantiškos burokėlių salotos su padažu	100	0,19
Pekino kopūstų ir porų salotos	100	0,18
Naminės salotos su majonezu	100	0,22
Šviežių agurkų salotos su grietine	80/20	0,20
Pirmieji patiekalai		
Agurkinė sriuba su grietine	250/20	0,15
Šaltibarščiai su bulvių koše	300/10/20	0,30
Antrieji patiekalai		
Paukštienos maltinis su garnyru*	100/20	0,78
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	0,65
Lietiniai blynėliai su mėsa, padažu	150/75/20	0,66
Garnyras: bulvių košė	100	
šviežių kopūstų salotos	50	

* Tausojantis virškinimą maistas.

2018 m. birželio mėn. (trečiadienis)

Patiekalo pavadinimas	Išeiiga	Kaina Eur
Maitinimas už talonus		
Naminės salotos su majonezu	100	0,22
Virtų bulvių cepelinai su padažu*	200/30	0,53
Vaisių kompotas	200	0,13
Sūrelis „Pik-Nik“	21	0,29
Kriaušės	300	0,25
Viso grūdo juoda duona	50	0,05
Konditerija		0,30
Nemokamo maitinimo suma	-	1,52
Šalti patiekalai		
Morkų salotos su česnaku, majonezu	100	0,11
Šviežių kopūstų salotos su majonezu	100	0,19
Pikantiškos burokėlių salotos su padažu	100	0,19
Naminės salotos su majonezu	100	0,22
Šviežių agurkų salotos su grietine	80/20	0,20
Pirmieji patiekalai		
Burokėlių sriuba su grietine	250/20	0,15
Šaltibarščiai su bulvių koše	300/10/20	0,30
Antrieji patiekalai		
Kiaulienos guliašas su garnyru*	100/60	0,84
Kiaulienos kotletas su garnyru	100/20	0,65
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	0,65
Garnyras: bulvių košė	100	
šviežių kopūstų salotos	40	

2018 m. birželio mėn. (ketvirtadienis)

Patiekalo pavadinimas	Išeiiga	Kaina Eur
Maitinimas už talonus		
Pikantiškos burokėlių salotos su žirneliais	150	0,19
Lietiniai su dešrelėmis, padažu	150/120/20	0,74
Vaisių kompotas	200	0,12
Jogurtas „Jums“	125	0,22
Apelsinai	250	0,25
Nemokamo maitinimo suma	-	1,52
Šalti patiekalai		
Morkų salotos su česnaku, majonezu	100	0,11
Šviežių kopūstų salotos su majonezu	100	0,19
Burokėlių salotos su žirneliais, aliejumi	100	0,19
Naminės salotos su majonezu	100	0,22
Salotos „Naujiena“ su majonezu	100	0,13
Šviežių agurkų salotos su grietine	80/20	0,20
Pirmieji patiekalai		
Burokėlių sriuba su grietine	250/20	0,15
Šaltibarščiai su bulvių koše	300/10/20	0,30
Antrieji patiekalai		
Vištienos šlaunelių kepsnys su garnyru	100/20/20/20	1,05
Maltos kiaulienos šnicelis su garnyru	100/20	0,75
Kaimiškas kepsnys su garnyru	80/20	0,72
Kepta vištienos filė su garnyru	100/20/20/20	1,05
Lietiniai su mėsa, padažu	150/75/20	0,66
Lietiniai su varške, grietine	150/75/20	0,54
Garnyras: bulvių košė	100	
šviežių kopūstų / burokėlių salotos	20/20	

* Tausojantis virškinimą maistas.

2018 m. birželio mėn. (penktadienis)

Patiekalo pavadinimas	Išeiğa	Kaina Eur
Maitinimas už talonus		
Pikantiškos burokėlių salotos su žirneliais	150	0,19
Lietiniai su dešrelėmis, padažu	150/120/20	0,74
Vaisių kompotas	200	0,12
Sūrelis „Pik-Nik“	21	0,29
Kriaušės	150	0,18
Nemokamo maitinimo suma	-	1,52
Šalti patiekalai		
Morkų salotos su česnaku, majonezu	100	0,11
Šviežių kopūstų salotos su majonezu	100	0,14
Karališkos salotos su majonezu	100	0,13
Burokėlių salotos su žirneliais, aliejumi	100	0,19
Šviežių agurkų salotos su grietine	80/20	0,13
Pirmieji patiekalai		
Agurkinė sriuba su grietine	250/20	0,13
Šaltibarščiai su bulvių koše	300/10/20	0,30
Antrieji patiekalai		
Vištienos maltinis su garnyru	100/20	0,78
Maltos kiaulienos šnicelis su garnyru	100/20	0,75
Kaimiškas kepsnys su garnyru	80/20	0,72
Kepta vištienos filė su garnyru	100/20/20/20	1,05
Lietiniai su mėsa, padažu	150/75/20	0,66
Lietiniai su varške, grietine	150/75/20	0,54
Garnyras: bulvių koše	100	
burokėlių / šviežių kopūstų salotos	20/20	

* Tausojantis virškinimą maistas.

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

Sudarė vyr. virėja Stasė Miškinienė