

# DITUVOS PAGRINDINĖS MOKYKLOS

## 15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

7-11 metų ir vyresniems vaikams

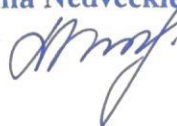
Valgyklos darbo laikas: I -V Nuo val. Iki val.

Sudarė:  
(8-699-54605)



*Priekulės I. Simonaitytės  
gimnazijos vyr. virėja  
Aušra Neverdauskienė*

**TVIRTINU**  
Direktorė  
**Lina Nedveckienė**



*2021-09-01*

Dituvos pagrindinės mokyklos 7-11 metų amžiaus ir vyresniems vaikams

1 savaitė/1 diena

Režimo momentas	Patiekalai	Receptūros Nr.	Kiekis g,	Kcal
Pietūs	Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis(augalinis)	66Sr	250	80,75
	Ruginė duona (Pilno grūdo) 11)	1Š	40	86,08
	Žuvies kepsnys (jūros lydeka) (tausojantis) 13)	15A	100	262,96
	Virtos bulvės (tausojantis)	7 Gar	50	102,33
	Burokėlių salotos(ž.žirneliai,mar.agurkai,al.aliejus)	50S	100	36,54
	Geriamas vanduo			
Vaisiai			200	112
				680,66

1savaitė/2diena

Režimo momentas	Patiekalai	Receptūros Nr.	Kiekis g,	Kcal
Pietūs	Ankštinių daržovių (pupelių)sriuba su bulvėmis (aug.tausojantis)	17 Sr	250	155,95
	Viso grūdo ruginė duona 11)	1Š	40	86,08
	Maltas kalakutienos šlaunelių kepsnys (tausojantis) 13)	62A	150	315,03
	Biri grikių kruopų košėi (augalinis)	1 Gar	100	86,2
	Agurkų pomidorų salotos su porais, aliejaus padažu (tausojantis)	36S	50	5,5
	Agurkai	37S	50	8,5
	Ridikėliai	39S	50	8,5
	Vaisiai		200	112
				777,76

1savaitė/ 3diena

Režimo momentas	Patiekalai	Receptūros Nr.	Kiekis g,	Kcal
Pietūs	Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	1Sr	250	120,82
	Ruginė duona (pilno grūdo) 11)	1Š	40	86,08
	Paukštienos kukuliai (tausojantis) 13)	30A	100	197,05
	Biri grikių kruopų košė s (augalinis)( tausojantis)	8 Gar	100	166,33
	Pekino kopūstai ,ridikai,linų semenya, agurkai su al. alejaus padažu	2S	100	65,02
	Vaisiai		200	112
				747,3

**TVIRTINU**  
Direktorė  
**Lina Nedveckienė**

*Lina Nedveckienė*  
2021.09.01

*Priekulės I. Simonaitytės*  
gimnazijos vyr. virėja  
**Aušra Neverdauskienė**

## 1savaitė/ 4 diena

Režimo momentas	Patiekalai	Receptūros Nr.	Kiekis g,	Kcal
Pietūs	Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis, augalinis) (1)	12Sr	250	130,75
	Viso grūdo ruginė duona (1)	1Š	40	86,08
	Troškinta kiauliena su padažu(Tausojantis) (1,7)	83A	200	344,4
	Virtos bulvės (Taus. augalinis)	14D	100	77,4
	Pomidorai Kopūstų, obuolių, porų salotos(Augalinis)		200	112
				750,63

## 1savaitė/ 5 diena

Režimo momentas	Patiekalai	Receptūros Nr.	Kiekis g,	Kcal
Pietūs	Ankštinių daržovių sriuba su bulvėmis(Tausojantis, aug.)	12 Sr	250	130,75
	Viso grūdo ruginė duona (1)	1Š	40	86,08
	Jautienos maltinukai (Tausojantis) (3)	42A	100	232,06
	Virti pilno grūdo makaronai (Tausojantis, aug.) (1,7)	1 Gar	100	157,77
	Pekino kop., agurkai, porai, aliejaus padažas	20 Sal	100	122,19
	Vanduo Vaisiai		100	64
				792,85

## 2savaitė/1 diena

Režimo momentas	Patiekalai	Receptūros Nr.	Kiekis g,	Kcal
Pietūs	Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis(augalinis,tausojantis)	2 Sr	250	145,73
	Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	86,08
	Kalakutienos -daržovių troškiny (tausojantis) (1)	17A	100	254,88
	Ridikų salotos su obuoliais, morkomis, porai, alyvuogių aliejaus padažu(augalinis)	53S	100	89,6
	Vaisiai		200	116,27
				692,56

**TVIRTINU**  
Direktorė  
**Lina Nedveckienė**

*Lina Nedveckienė*  
2021-09-01

*Priekulės I. Simonaitytės*  
gimnazijos vyr. virėja  
**Aušra Neverdauskienė**

## 2savaitė/ 2 diena

Režimo momentas	Patiekalai	Receptūros Nr.	Kiekis g,	Kcal
Pietūs	Žiedinių kopūstų sriuba(augalinis,tausojantis)	20S	250	105,45
	Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	86,08
	Kepta paukštienos file(tausojantis) /3/	29A	100/40	249,97
	virti lęšiai(augalinis,tausojantis)	10Gar	100	157,77
	Salotos (kopūstai,pomidorai,morkos)aliejaus padažas(augalinis)	5S	100	110,51
	Vaisiai		100	64
				773,78

## 2savaitė/ trečia diena

Režimo momentas	Patiekalai	Receptūros Nr.	Kiekis g,	Kcal
Pietūs	Ankštinių darovių (ž.žirnelių) sriuba su bulvėmis(Tausojantis,augalinis)	17 Sr	250	113,95
	Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	86,08
	Kiaulienos-daržovių-ryžių maltinis (tausojantis) /3/	37A	100	307,47
	Virtos bulvės (aug.tausojantis)	5 Gar.	50	81,88
	Morkų salotos sužiediniai kopūstais,pomidorais,asulėgražomis,aliejaus padažu	13S	100	85,85
	Vaisiai		150	84
				759,23

## 2savaitė/ ketvirta diena

Režimo momentas	Patiekalai	Receptūros Nr.	Kiekis g,	Kcal
Pietūs	Pertrinta moliūgų sriuba (tausojantis) /1/	22Sr	250	124,07
	Viso grūdo ruginė duona	1Š	40	86,08
	Troškinta paukštiena (šlaunelės) (tausojantis) /1,7/	34A	75	228,48
	Virti pilno grūdo makaronai (Taus.,augalinis) /1/	8 Gar	100	166,34
	Morkų salotos sužiediniai kopūstais,pomidorais,asulėgražomis,aliejaus padažu	14 Sal	100	40,6
	Vaisiai		200	112
				757,57

**TVIRTINU**  
Direktorė  
**Lina Nedveckienė**

*Lina Nedveckienė*  
2021-09-01

*Priekulės I. Simonaitytės*  
gimnazijos vyr. virėja  
**Aušra Neverdauskienė**

## 2savaitė/ penkta diena

Režimo momentas	Patiekalai	Receptūros Nr.	Kiekis g,	Kcal
Pietūs	Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (1)	12SR	250	128,19
	(augalinis,tausojantis)	1Š-	40	86,08
	Viso grūdo ruginė duona (1)	82A	200	403,78
	Varškės apkepas (1,3,7)	3D	80/20	85
	Bananaų desertas su jogurtu (7)			
Vaisiai			150	84
				787,05

## 3savaitė/ pirma diena

Režimo momentas	Patiekalai	Receptūros Nr.	Kiekis g,	Kcal
Pietūs	Pietūs	10Sr.	250	162,77
	Rugštynių sriuba su bulvėmis(Tausojantis) (3,7)	1Š	40	86,08
	Viso grūdo ruginė duona (1)	39A	100/100	187,12
	Kalakutienos troškiny su ryžiais(tausojantis)	8Gar	75	124,75
	Kopūstų salotos su agurkais,pomidorais,porais al.aliejaus padažu (augalinis, tausojantis)	3S	75	55,37
	Vaisiai		150	84
				700,09

## 3 savaitė/ antra diena

Režimo momentas	Patiekalai	Receptūros Nr.	Kiekis g,	Kcal
Pietūs	Lęšių-perlinių kruopų sriuba(aug.,tausojantis) (1)	16 Sr	250	161,72
	Viso grūdo ruginė duona (1)	1Š	40	86,08
	Žuvies maltinis (tausojantis) (3)	16A	100	245,73
	Bulvių košė su pienu (tausojantis) (7)	1 Gar	100	85,2
	Kopūstų salotos su morkomis,obuoliais,porais,aliejaus užpilu	18S	100	96,16
	Vaisiai		200	112

**TVIRTINU**  
Direktorė  
Lina Nedveckienė

*[Signature]*  
2021-09-01

*Priekulės I. Simonaitytės  
gimnazijos vyr. virėja*  
*Aušra Neverdauskienė*

## 3 savaitė/ trečia diena

Režimo momentas	Patiekalai	Receptūros Nr.	Kiekis g,	Kcal
Pietūs	Ankštinių daržovių (avinžirnių) sriuba	17 Sr	250	161,95
	Viso grūdo ruginė duona (1)	1Š	40	86,08
	Jautienos-kiaulienos maltinis (tausojantis) (3)	87A	200	419,18
	Virti pilno grūdo makaronai (Taus., augalinis) (4,7)	17P	40	59
	Špinatų salotos su pekiniais kopūstais, agurkais, ridikėliais ir aliejaus padažu (augalinis)		330	
				726,21

## 3 savaitė / ketvirta diena

Režimo momentas	Patiekalai	Receptūros Nr.	Kiekis g,	Kcal
Pietūs	Burokėlių sriuba su pupelėmis, šviežiais kopūstais ir bulvėmis (tausojantis, augalinis)	3 Sr	250	113,72
	Viso grūdo ruginė duona (1)	1Š	40	86,08
	Paukštienos kepinukai (tausojantis) (3)	1A	100/60	357,69
	Bulvių košė su pienu (tausojantis) (7)	3Gar	50	54,27
	Pekinių kopūstų salotos su pomidorais, porais ir aliejaus padažu	51S	100	114,46
	Vaisiai		100	64
				790,22

## 3 savaitė/ penkta diena

Režimo momentas	Patiekalai	Receptūros Nr.	Kiekis g,	Kcal
Pietūs	Agurkų sriuba su ryžiais (tausojantis, augalinis)	125Sr	250	98,93
	Viso grūdo ruginė duona (1)	1Š	40	86,08
	Kiaulienos troškiny su kopūstais (Tausojantis)	87A	200	419,18
	Virtos bulvės (tausojantis)		200	118
	Vaisiai			
				722,19

**TVIRTINU**  
 Direktorė  
 Lina Nedveckienė

*Lina Nedveckienė*  
 2024-09-01

*Priekulės I. Simonaitytės*  
 gimnazijos vyr. virėja  
 Aušra Neverdauskienė