

M.KUMŽOS KOMERCINĖ FIRMA
KLAIPĖDOS SENDVARIO PROGIMNAZIJA

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

6-10 metų amžiaus vaikams

Įstaigos darbo laikas
Nuo 8.00 val. iki 15.00 val.

M.KUMŽOS KOMERCINĖ FIRMA

BENDROJO UGDYMO MOKYKLŲ PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS 6-10 METŲ AMZIAUS VAIKAMS

PIRMA SAVAITĖ, pirmadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga, g	Energetinė vertė, kcal
Kepti varškėčiai (tausojantis)	83A	100	229.6
Grietinė 30%	17P	10	29.30
Nesaldinta vaisinė arbata	1G	200	
Vaisiai		100	63.73
Iš viso:			322.63

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga, g	Energetinė vertė, kcal
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	2Sr	150	145.73
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Vaisiai		50	31.86
Jautienos-kiaulienos maltinis(tausojantis)	16A	75	184.3
Biri grikių kruopų košė (augalinis)(tausojantis)	7Gar	75	153.49
Kopūstų salotos su svogūnais su salotų padažu(augalinis)	1S	50	54.35
Agurkai (augalinis)	36S	20	2.20
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			469.24

PIRMA SAVAITĖ, antradienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga, g	Energetinė vertė, kcal
Tiršta grikių kruopų košė su pienu (tausojantis)	97A	200	234.05
Sviestas 82%	18P	10	74.4
Arbata be cukraus	1G	150	
Vaisiai		100	63.73
Iš viso:			372.18

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga, g	Energetinė vertė, kcal
Daržovių sriuba (augalinis)(tausojantis)	13Sr	150	68.67
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Varškės apkepas (tausojantis)	85A	150	331.31
Grietinė 30%	17P	20	58.60
Morkų lazdelės(augalinis)	16Gar	20	8.20
Geriamas vanduo		200	
Vaisiai		100	63.73
Iš viso:			573.55

Savininkas

Marius Kumža


Sendvario progimnazijos
direktorė

Lina Logvinovienė



PIRMA SAVAITĖ, trečiadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Tiršta manų kruopų košė (tausojantis)	95A	200	251.6
Uogienė	19P	15	40.65
Vaisiai		100	63.73
Arbata be cukraus	1G	150	
Iš viso:			355.98

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	15Sr	150	74.01
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Kepta paukštienos file (tausojantis)	30A	75	147.79
Biri ryžių kruopų košė(nešilfuoti) (augalinis,tausojantis)	5Gar	100	163.76
Morkų salotos su česnaku ir aliejaus padažu(augalinis)	11S	50	57.93
Pomidorai (augalinis)	37S	20	3.4
Vaisiai			
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			489.93

PIRMA SAVAITĖ, ketvirtadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Blynėliai su bananais(tausojantis)	79A	100	249.57
Grietinė 30%	17P	10	29.30
Vaisinė arbata be cukraus	1G	200	
Iš viso:			278.87

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Burokėlių sriuba su bulvėmis(tausojantis)	1Sr	150	72.49
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Troškinta kiauliena su padažu(tausojantis)	1A	75/45	357.69
Biri grikių kruopų košė (augalinis)(tausojantis)	7Gar	75	153.49
Daržovių salotos su paprikomis ir aliejaus padažu(augalinis)	5S	50	55.26
Pjaustytos morkos(augalinis)	16Gar	20	8.20
Vaisiai		50	31.86
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			722.03

Savininkas

Marius Kumža

Sendvario progimnazijos
direktorė
Lina Logvinovienė

PIRMA SAVAITĖ, penktadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Omletas su sūriu(tausojantis)	93A	110	235.34
Pomidorai skiltelėmis(augalinis)	20Gar	50	29.30
Arbata su citrina	2G	150	1.63
Iš viso:			266.27

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	7Sr	150	64.27
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Orkaitėje kepta laišišos filė su prieskoninėmis žolelėmis(tausojantis)	Ž001	70	192.92
Virtos bulvės (augalinis)(tausojantis)	1G	100	85.20
Burokėlių salotos (augalinis)	17S	50	41.01
Pjaustyti agurkai (augalinis)	36S	20	2.20
Vaisiai		100	56.00
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			484.64

ANTRA SAVAITĖ, pirmadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Tiršta avižų dribsnių košė(tausojantis)	110A	200	259.40
Sviestas 82%	18	20	41.61
Arbata be cukraus	1G	150	0.00
Vaisiai		100	63.73
Iš viso:			364.74

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	10Sr	150	97.66
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Maltos mėsos kepsnys su kmynais(tausojantis)	17A	75	191.16
Biri grikių kruopų košė (augalinis)(tausojantis)	7Gar	75	153.49
Kopūstų, agurkų salotos(augalinis)	3S	50	36.91
Pomidorai skiltelėmis(augalinis)	20Gar	20	3.40
Vaisiai		50	31.86
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			557.52

Savininkas

Marius Kumža



Sėdvario progimnazijos
direktorė
Lina Logvinovienė



ANTRA SAVAITĖ, antradienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga, g	Energetinė vertė, kcal
Tiršta perlinių kruopų košė (tausojantis)	96A	200	206.95
Grietinės padažas	1P	5	37.20
Arbata su citrina be cukraus	2G	150	1.63
Vaisiai		100	63.73
Iš viso:			309.51

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga, g	Energetinė vertė, kcal
Ryžių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	15Sr	150	74.13
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Virti varškėčiai (tausojantis)	82A	150	302.83
Grietinė 30%	17P	20	58.60
Morkų lazdelės(augalinis)	16Gar	20	8.20
Vaisiai		100	63.73
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			550.53

ANTRA SAVAITĖ, trečiadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga, g	Energetinė vertė, kcal
Blynėliai su obuoliais(tausojantis)	78A	100	239.89
Uogienė	19P	15	40.65
Kakava su pienu be cukraus	4G	150	51.45
Iš viso:			331.99

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga, g	Energetinė vertė, kcal
Žirnių sriuba su bulvėmis(augalinis)(tausojantis)	15Sr	150	94.77
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Maltas paukštienos šlaunelių mėsos kepsnys(tausojantis)	34A	75	176.28
Biri ryžių kruopų košė(nešlifuoti)(augalinis)(tausojantis)	17P	75	122.82
Morkų salotos su žiediniais kopūstais ir moliūgų sėklomis (augalinis)	13S	50	40.38
Pjaustyti agurkai(augalinis)	36S	20	2.20
Vaisiai		100	56.00
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			535.49

Savininkas

Marius Kumža



Sėdvario progimnazijos
direktorė
Lina Logvinovienė



ANTRA SAVAITĖ, ketvirtadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Omletas(tausojantis)	91A	100	105.19
Pjaustyti pomidorai skiltelėmis (augalinis)	37S	50	8.50
Arbata be cukraus	1G	150	0.00
Iš viso:			113.69

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Burokėlių sriuba su bulvėmis(tausojantis)	1Sr	150	72.49
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Kiaulienos-daržovių troškiny (tausojantis)	2A	75/75	247.87
Biri grikių kruopų košė (augalinis)(tausojantis)	7Gar	75	153.49
Pjaustyti pomidorai skiltelėmis (augalinis)	20Gar	20	3.40
Pjaustyti agurkai (augalinis)	36S	20	2.20
Vaisiai		50	28.00
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			550.49

ANTRA SAVAITĖ, penktadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Pilno grūdo makaronai su sūriu(tausojantis)	66A	150/20	305.06
Vaisiai		100	56.00
Arbata be cukraus	1G	150	0.00
Iš viso:			361.06

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis)(taus	7Sr	150	64.28
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Žuvies maltinis (tausojantis)	43A	75	174.33
Bulvių košė su pienu (tausojantis)	3Gar	100	108.53
Burokėlių salotos (augalinis)	17S	50	41.10
Pjaustyti agurkai (augalinis)	36S	20	2.20
Vaisiai		100	56.00
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			489.48

Savininkas

Marius Kumža


Sendvario progimnazijos
direktorė

Lina Logvinoviene



TREČIA SAVAITĖ, pirmadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Tiršta manų kruopų košė (tausojantis)	95A	200	251.6
Uogienė	19P	15	40.65
Vaisiai		100	63.73
Arbata be cukraus	1G	150	
Iš viso:			355.98

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Špinatų sriuba su bulvėmis(augalinis) (tausojantis)	11S	150	97.30
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Kiaulienos maltinukas (tausojantis)	28A	75	201.26
Biri grikių kruopų košė (augalinis)(tausojantis)	7Gar	75	153.49
Kopūstų-agurkų salotos (augalinis)	3S	50	36.91
Pjaustytos morkos(augalinis)	16Gar	20	8.20
Vaisiai		100	56.00
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			596.20

TREČIA SAVAITĖ, antradienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Tiršta perlinių kruopų košė su pienu (tausojantis)	96A	150	155.21
Sviesto-grietinės padažas	19P	15	97.52
Vaisiai		100	63.73
Arbata be cukraus	1G	150	
Iš viso:			316.46

Pietūs

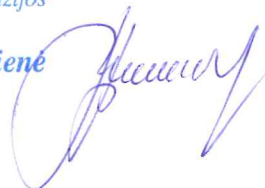
Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Daržovių sriuba (augalinis)(tausojantis)	13Sr	150	72.99
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Varškės apkepas (tausojantis)	85A	150	331.31
Grietinė 30%	17P	20	58.60
Morkų lazdelės(augalinis)	16Gar	20	8.20
Vaisiai		100	56.00
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			570.14

Savininkas

Marius Kumža



Sėndvario progimnazijos
direktorė
Lina Logvinovienė



TREČIA SAVAITĖ, trečiadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Lietiniai blynėliai su varške (tausojantis)	74A	100/50	326.38
Grietinė 30%	17P	10	29.3
Vaisiai		50	31.87
Arbata be cukraus	1G	150	
Iš viso:			387.55

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis)	Sr004	150	80.32
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Paukštienos troškiny su ryžiais (tausojantis)	3A	75/75	263.74
Daržovių salotos su paprikomis (augalinis)	5S	50	55.26
Pjaustyti agurkai griežinėliais(augalinis)	36S	20	2.20
Vaisiai		100	56.00
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			500.56

TREČIA SAVAITĖ, ketvirtadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Tiršta grikių kruopų košė su pienu(tausojantis)	97A	200	175.54
Sviesto-grietinės padažas	5P	20	98.94
Vaisiai		50	31.87
Arbata be cukraus	1G	150	
Iš viso:			306.35

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis)	S12	150	78.45
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Kalakutienos guliašas su bulvėmis (tausojantis)	P009	43/157	223.63
Kopūstų salotos (augalinis)	1S	50	56.03
Pomidorai skiltelėmis (augalinis)	20Gar	20	3.40
Vaisiai		100	56.00
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			460.55

Savininkas

Marius Kumža


Sėdvario progimnazijos
direktorė

Lina Logvinovienė



TREČIA SAVAITĖ, penktadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Blynėliai su obuoliais (tausojantis)	78A	100	239.89
Grietinė 30%	17P	15	43.95
Vaisiai		50	31.87
Arbata be cukraus	1G	150	
Iš viso:			315.71

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (tausojantis)	17Sr	150	94.76
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Maltas žuvies kepsnys (tausojantis)	42A	75	174.05
Bulvių košė su sviestu, be pieno (tausojantis)	8Gar	100	100.38
Burokėlių salotos (augalinis)	17S	50	41.10
Agurkai (augalinis)	36S	20	2.20
Vaisiai		50	31.86
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			487.39

Savininkas Marius Kumža

Sendvario progimnazijos
direktorė
Lina Logvinovienė

M.KUMŽOS KOMERCINĖ FIRMA
KLAIPĖDOS SENDVARIO PROGIMNAZIJA

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

11 metų amžiaus ir vyresniems vaikams

Įstaigos darbo laikas
Nuo 8.00 val. iki 15.00 val.

M.KUMŽOS KOMERCINĖ FIRMA

BENDROJO UGDYMO MOKYKLŲ PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS 11 METŲ
AMŽIAUS IR VYRESNIEMS VAIKAMS

PIRMA SAVAITĖ, pirmadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiška, g	Energetinė vertė, kcal
Kepti varškečiai (tausojantis)	83A	150	344.4
Grietinė 30%	17P	10	43.95
Nesaldinta vaisinė arbata	1G	200	
Vaisiai		100	63.73
Iš viso:			452.08

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiška, g	Energetinė vertė, kcal
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis)(tausojantis)	2Sr	150	145,73
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Jautienos-kiaulienos maltinis(tausojantis)	16A	100	245.73
Birė grikių kruopų košė (augalinis)(tausojantis)	7Gar	100	204.65
Kopūstų salotos su svogūnais, salotų padažu(augalinis)	1S	80	89.85
Agurkai (augalinis)	36S	20	2.20
Vaisiai		50	31.86
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			617.33

PIRMA SAVAITĖ, antradienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiška, g	Energetinė vertė, kcal
Tiršta grikių kruopų košė su pienu (tausojantis)	97A	200	234.05
Sviestas 82%	18P	10	74.40
Apkeptas sumuštinis su sūriu	10Š	1vnt./17,5	187.95
Arbata be cukraus	1G	150	
Vaisiai		100	63.73
Iš viso:			560.13

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiška, g	Energetinė vertė, kcal
Daržovių sriuba (tausojantis)	13Sr	150	68.67
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Varškės apkepas (tausojantis)	85A	200	441.75
Grietinė 30%	17P	30	58.60
Morkų lazdelės(augalinis)	16Gar	40	16.40
Vaisiai		100	63.73
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			692.19

Savininkas

Marius Kumža



Sendvario progimnazijos
direktorė
Lina Logvinovienė



PIRMA SAVAITĖ, trečiadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiška, g	Energetinė vertė, kcal
Tiršta manų kruopų košė (tausojantis)	95A	200	251.60
Uogienė	19P	20	54.20
Vaisiai		100	63.73
Arbata be cukraus	1G	150	
Iš viso:			369.53

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiška, g	Energetinė vertė, kcal
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (tausojantis)	15Sr	150	74.01
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Kepta paukštienos file (tausojantis)	30A	100	197.05
Biri ryžių kruopų košė(nešlifuoti) (augalinis,tausojantis)	5Gar	100	163.76
Morkų salotos su česnaku ir aliejaus padažu(augalinis)	11S	50	57.93
Šviežių daržovių rinkinukas (pomidorai,agurkai)	D006	50	18.00
Vaisiai			63.73
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			617.52

PIRMA SAVAITĖ, ketvirtadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiška, g	Energetinė vertė, kcal
Blynėliai su bananais(tausojantis)	79A	150	499.15
Grietinė 30%	17P	15	43.95
Vaisinė arbata be cukraus	1G	200	
Iš viso:			543.10

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiška, g	Energetinė vertė, kcal
Burokėlių sriuba su bulvėmis(tausojantis)	1Sr	150	72.49
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Troškinta kiauliena su padažu(tausojantis)	1A	100/60	357.69
Biri grikių kruopų košė (augalinis)(tausojantis)	7Gar	100	204.65
Daržovių salotos su paprikomis ir aliejaus padažu(augalinis)	5S	50	55.26
Pjaustytos morkos lazdelėmis(augalinis)	16Gar	20	8.20
Vaisiai		100	63.72
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			805.05

Savininkas Marius Kumža



Sėdvario progimnazijos
direktorė
Lina Logvinovienė



PIRMA SAVAITĖ, penktadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Omletas su sūriu(tausojantis)	93A	110	235.34
Pomidorai skiltelemis(augalinis)	20Gar	50	29.30
Vaisiai		100	63.72
Arbata su citrina	2G	150	1.63
Iš viso:			329.99

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis)	7Sr	150	64.27
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Orkaitėje kepta lašišos filė su prieskoninėmis žolelėmis(tausojantis)	Ž001	80	220.48
Virtos bulvės (augalinis)(tausojantis)	1G	100	85.20
Burokėlių salotos (augalinis)	17S	80	65.62
Pjaustyti agurkai (augalinis)	36S	20	2.20
Vaisiai		100	56.00
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			536.81

ANTRA SAVAITĖ, pirmadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Tiršta avižių dribsnių košė(tausojantis)	110A	200	259.40
Sviestas 82%	18	20	41.61
Arbata be cukraus	1G	150	0.00
Vaisiai		150	95.60
Iš viso:			396.61

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	10Sr	150	97.66
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Maltos mėsos kepsnys su kmynais(tausojantis)	17A	100	254.88
Biri grikių kruopų košė (augalinis)(tausojantis)	7Gar	100	204.65
Kopūstų, agurkų salotos(augalinis)	3S	50	36.91
Šviežių daržovių rinkinukas(morkos, pomidorai)	D006	50	15.50
Geriamas vanduo		200	
Vaisiai		50	31.86
Iš viso:			684.50

Savininkas

Marius Kumža


Sėdvario progimnazijos
direktorė

Lina Logvinovienė



ANTRA SAVAITĖ, antradienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa, g	Energetinė vertė, kcal
Tiršta perlinių kruopų košė su pienu (tausojantis)	96A	200	206.95
Sumuštinis su sviestu	2Š	1/10	117.80
Arbata su citrina be cukraus	2G	150	1.63
Vaisiai		100	63.73
Iš viso:			390.11

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa, g	Energetinė vertė, kcal
Ryžių kruopų sriuba su bulvėmis (tausojantis)	15Sr	150	74.13
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Virti varškėčiai (tausojantis)	82A	200	403.78
Grietinė 30%	17P	20	87.90
Pjaustytos morkos(augalinis)	16Gar	30	12.30
Vaisiai		100	63.73
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			684.88

ANTRA SAVAITĖ, trečiadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa, g	Energetinė vertė, kcal
Blynėliai su obuoliais(tausojantis)	78A	150	359.84
Uogienė	19P	15	40.65
Kakava su pienu be cukraus	4G	200	68.60
Iš viso:			469.09

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa, g	Energetinė vertė, kcal
Žirnių sriuba su bulvėmis(tausojantis)	15Sr	150	94.77
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Maltas paukštienos šlaunelių mėsos kepsnys(tausojantis)	34A	100	228.48
Biri ryžių kruopų košė(nešlifuoti)(augalinis)(tausojantis)	17P	100	163.76
Morkų salotos su žiediniais kopūstais ir moliūgų sėklomis (augalinis)	13S	80	64.61
Pjaustyti agurkai(augalinis)	36S	20	2.20
Vaisiai		100	56.00
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			652.86

Savininkas

Marius Kumža



Sėdvėrio progimnazijos
direktorė
Lina Logvinovienė



ANTRA SAVAITĖ, ketvirtadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Omletas(tausojantis)	91A	120	217.39
Pjaustyti pomidorai skiltelėmis (augalinis)	37S	50	8.50
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Vaisiai		100	56.00
Arbata be cukraus	1G	150	0.00
Iš viso:			324.93

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Burokėlių sriuba su bulvėmis(tausojantis)	1Sr	150	72.49
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Kiaulienos-daržovių troškiny (tausojantis)	2A	100/100	330.49
Biri grikių kruopų košė (augalinis)(tausojantis)	7Gar	100	204.65
Pjaustyti pomidorai skiltelėmis (augalinis)	20Gar	30	5.10
Pjaustyti agurkai (augalinis)	36S	30	3.30
Vaisiai		50	28.00
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			687.07

ANTRA SAVAITĖ, penktadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Pilno grūdo makaronai su sūriu(tausojantis)	66A	200/30	406.75
Vaisiai		100	56.00
Arbata be cukraus	1G	150	0.00
Iš viso:			462.75

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis)	7Sr	150	64.28
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Žuvies maltinis (tausojantis)	43A	100	232.44
Bulvių košė su pienu (tausojantis)	3Gar	100	108.53
Burokėlių salotos (augalinis)	17S	50	41.10
Šviežių daržovių rinkinukas (pomidorai, agurkai)	D006	50	18.00
Vaisiai		100	56.00
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			563.39

Savininkas

Marius Kumža



Sendvario progimnazijos
direktorė
Lina Logvinovienė



TREČIA SAVAITĖ, pirmadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa, g	Energetinė vertė, kcal
Tiršta manų kruopų košė (tausojantis)	95A	200	251.6
Uogienė	19P	15	40.65
Vaisiai		100	63.73
Arbata be cukraus	1G	150	
Iš viso:			355.98

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa, g	Energetinė vertė, kcal
Špinatų sriuba su bulvėmis (tausojantis)	11S	150	97.30
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Kiaulienos maltinukas (tausojantis)	28A	100	268.34
Biri grikių kruopų košė (augalinis)(tausojantis)	7Gar	100	204.65
Kopūstų-agurkų salotos (augalinis)	3S	100	73.82
Pjaustytos morkos(augalinis)	16Gar	20	8.20
Vaisiai		100	56.00
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			751.35

TREČIA SAVAITĖ, antradienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa, g	Energetinė vertė, kcal
Tiršta perlinių kruopų košė su pienu (tausojantis)	96A	150	206.95
Sviesto-grietinės padažas	19P	15	97.52
Vaisiai		100	63.73
Arbata be cukraus	1G	150	
Iš viso:			368.2

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa, g	Energetinė vertė, kcal
Daržovių sriuba (tausojantis)	13Sr	150	72.99
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Kepti varškėčiai(tausojantis)	83A	200	459.20
Grietinė 30%	17P	20	58.60
Morkų lazdelės(augalinis)	16Gar	30	12.30
Vaisiai		100	56.00
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			702.13

Savininkas

Marius Kumža



Sėdvario progimnazijos
direktorė
Lina Logvinovienė



TREČIA SAVAITĖ, trečiadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Lietiniai blynėliai su varške (tausojantis)	74A	100/50	326.38
Grietinė 30%	17P	10	29.3
Vaisiai		100	63.74
Arbata be cukraus	1G	150	
Iš viso:			419.42

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis)	Sr004	150	80.32
Višo grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Paukštienos troškiny su ryžiais (tausojantis)	3A	100/100	351.65
Daržovių salotos su paprikomis (augalinis)	5S	80	88.42
Pjaustyti agurkai griežinėliais(augalinis)	36S	20	2.20
Vaisiai		100	56.00
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			621.63

TREČIA SAVAITĖ, ketvirtadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Tiršta grikių kruopų košė su pienu(tausojantis)	97A	200	175.54
Sviesto-grietinės padažas	5P	20	98.94
Vaisiai		100	63.74
Arbata be cukraus	1G	150	
Iš viso:			338.22

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis)	S12	150	78.45
Višo grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Virtų bulvių blynai su kalakutienos įdaru(tausojantis)	53A	150/50	389,43
Jogurtinės grietinės padažas	2P	30	36.46
Kopūstų salotos (augalinis)	1S	80	89.65
Pomidorai skiltelėmis (augalinis)	20Gar	20	3.40
Vaisiai		100	56.00
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			696,43

Savininkas

Marius Kumža



Sendvario progimnazijos
direktorė
Lina Logvinovienė



TREČIA SAVAITĖ, penktadienis

Pusryčiai

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Blynėliai su obuoliais (tausojantis)	78A	150	359.84
Grietinė 30%	17P	15	43.95
Vaisiai		50	31.87
Arbata be cukraus	1G	200	
Iš viso:			435.66

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g	Energetinė vertė, kcal
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (tausojantis)	17Sr	150	94.76
Viso grūdo ruginė duona	1Š	20	43.04
Maltas žuvies kepsnys (tausojantis)	42A	100	232.06
Bulvių košė su sviestu, be pieno (tausojantis)	8Gar	100	100.38
Burokėlių salotos (augalinis)	17S	50	41.10
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, paprikos)	D006	50	12.50
Vaisiai		100	63.72
Geriamas vanduo		200	
Iš viso:			587.56

Savininkas Marius Kumža



Sendvario progimnazijos
direktorė
Lina Logvinovienė



M.KUMŽOS KOMERCINĖ FIRMA
KLAIPĖDOS SENDVARIO PROGIMNAZIJA

LAISVO PIRKIMO
15 DIENŲ VALGIARAŠTIS
11 metų amžiaus ir vyresniems vaikams

Įstaigos darbo laikas
Nuo 8.00 val. iki 15.00 val.

M.Kumžos komercinė firma**BENDROJO UGDYMO MOKYKLŲ PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS 11 METŲ
AMŽIAUS IR VYRESNIEMS VAIKAMS (15 DIENŲ)****I SAVAITĖ****1-1**

Eil.Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g
---------	-----------------------	--------	-----------

SRIUBOS

1	Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (tausojantis)	2Sr	250
2	Pertrinta daržovių sriuba (tausojantis)	14Sr	250
	Viso grūdo ruginė duona	1Š	40

	Vaisiai		100
--	---------	--	-----

ANTRI PATIEKALAI

1	Kiaulienos ir morkų troškiny su porais (tausojantis)	11-5/101T	150
2	Kiaulienos kepsnys	9A	100
3	Jautienos-kiaulienos maltinis (tausojantis)	16A	100
4	Kepti kiaulienos gabaliukai (pom.padažas,svogūnai)(tausojantis)	11A	100/30/30
5	Kiaulienos kepsniukai su įdaru (tausojantis)	13A	110
6	Kiaulienos suktinukas su sūriu (tausojantis)	14A	100
7	Troškinta žuvis su morkomis ir svogūnais(tausojantis)	39A	100/100
8	Menkių filė maltiniai su petražolėmis ir sviestu (tausojantis)	Ž005	100
9	Kepti varškėčiai,grietinė 30% (tausojantis)	83A	200/20
10	Blynėliai su obuoliais,grietinė 30%	78A	200/20
11	Daržovių troškiny su žiediniais kopūstais (augalinis)(tausojantis)	11AA	200
12	Kopūstų kepsneliai (augalinis)(tausojantis)	7AA	200

GARNYRAS

1	Biri perlinių kruopų košė	6Gar	100
2	Biri grikių kruopų košė	7Gar	100
3	Troškinti žiediniai kopūstai	9G	100

SALOTOS

1	Kopūstų salotos su svogūnais su salotų padažu	1S	100
2	Morkų salotos su česnaku su jogurto padažu	11S	100
3	Kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais su porais ir salotų padažu	2S	100
4	Burokėlių salotos	17S	100
5	Burokėlių salotos su marinuotais agurkais ir žaliais žirneliais	20S	100
6	Žalieji žirneliai	41S	100
7	Paprikos	37S	50
8	Agurkai šviežūs	36S	50

GĖRIMAI

1	Arbata be cukraus	1G	200
2	Kompotas be cukraus	5G	200
3	Pienas 2.5%		200
4	Kefyras 2.5%		200

PADAŽAI

1	Grietinė 30%	17P	30
2	Grietinės padažas	1P	30
3	Džemas	19P	20

Marius Kumžas
MK

Sendvario progimnazijos
direktorė
Lina Logvinovienė



1-2

Eil.Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išveiga, g
---------	-----------------------	--------	------------

SRIUBOS

1	Daržovių sriuba (tausojantis)	13Sr	250
2	Trinta moliūgų sriuba (tausojantis)	9Sr	250
	Viso grūdo ruginė duona	1Š	40
Vaisiai			120

ANTRI PATIEKALAI

1	Kalakutienos šlaunelių mėsos - daržovių troškiny (tausojantis)	2A	100/100
2	Troškinta paukštiena su padažu(file)(tausojantis)	29A	100/40
3	Maltas paukštienos kepsnys (tausojantis)	34A	100
4	Paukštienos kepinukai (tausojantis)	32A	100
5	Orkaitėje keptos vištienos lazdelės (tausojantis)	018P	100
6	Varškės apkepas su saldžiu grietinės padažu (tausojantis)	85A	200/15
7	Varškės kukulaičiai,grietinės padažas (tausojantis)	90A	100/100/30
8	Kepta jūros lydeka su troškintomis daržovėmis (tausojantis)	16K	100
9	Grikių košė su cukinijomis (tausojantis)	36K	200
10	Daržovių troškiny su brokoliais ir grikiais (augalinis)(tausojantis)	5AA	200
11	Morkų ir pupelių apkepas (augalinis)(tausojantis)	10AA	200

GARNYRAS

1	Biri grikių kruopų košė	7Gar	100
2	Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais	4Gar	100
3	Virti lęšiai	3Gar	100

SALOTOS

1	Kopūstų salotos su svogūnais su salotų padažu	1S	100
2	Morkų salotos su česnaku su aliejaus padažu	11S	100
3	Kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais su porais ir salotų padažu	2S	100
4	Burokėlių salotos	17S	100
5	Burokėlių salotos su ž.žirneliais	18S	100
6	Daržovių salotos su kmynais	31S	100
7	Agurkų ir pomidorų salotos	35S	100
8	Pomidorai	37S	100

GĖRIMAI

1	Arbata be cukraus	1G	200
2	Kompotas be cukraus	5G	200
3	Pienas 2.5%		200
4	Kefyras 2.5%		200

PADAŽAI

1	Grietinė 30%	17P	30
2	Saldus grietinės padažas	8P	20
3	Džemas	19P	20

Marius Kumžis
MK

Sėdvario progimnazijos
direktorė
Lina Logvinovienė



1-3

Eil.Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išveiga, g
---------	-----------------------	--------	------------

SRIUBOS

1	Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (tausojantis)	15Sr	250
3	Vištienos sultinys (tausojantis)	14Sr	250
	Viso grūdo ruginė duona	1Š	40

	Vaisiai		120
--	---------	--	-----

ANTRI PATIEKALAI

1	Paukštiesienos troškiny su ryžiais (tausojantis)	3A	100/100
2	Troškinta paukštiesienos šlaunelių mėsa su padažu (tausojantis)	29A	100/40
3	Kalakutienos šlaunelių mėsos troškiny su konservuotais kukurūzais, morkomis ir paprikomis (tausojantis)	10-5/102T	140
4	Kepta paukštiesienos file (tausojantis)	30A	100
5	Paukštiesienos kukuliai (tausojantis)	35A	100
6	Kesadilija su vištiena (tausojantis)	4K	140
7	Žuvies kepsnys (lydeka)(tausojantis)	38A	100
8	Tiršta ryžių kruopų košė su razinomis (tausojantis)	99A	200
9	Virtinukai su varške, grietinė 30% (tausojantis)	80A	100/100/20
10	Lietiniai blynėliai su varške, grietinė 30% (tausojantis)	74A	150/75/20
11	Kesadilija su daržovėmis (augalinis)(tausojantis)	3KA	140
12	Daržovių troškiny su lęšiais ir žiediniais kopūstais (augalinis)(tausojantis)	13AA	200

GARNYRAS

1	Virti pilno grūdo makaronai	8Gar	100
2	Biri grikių kruopų košė	7Gar	100
3	Biri ryžių kruopų košė (plikiyti)	5Gar	100
4	Daržovės su ryžiais (plikiyti)	7KA	100

SALOTOS

1	Kopūstų salotos	1S	100
2	Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos	6S	100
3	Morkų salotos su česnaku ir aliejaus padažu	11S	100
4	Burokėlių salotos	17S	100
5	Morkų, obuolių ir porų salotos su jogurto padažu	14S	100
6	Pekininiai kopūstai su pomidorais	24S	100
7	Agurkai	36S	100
8	Pomidorai	37S	100

GĖRIMAI

1	Arbata be cukraus	1G	200
2	Arbata su citrina be cukraus	2G	200
3	Kompotas be cukraus	5G	200
4	Pienas 2.5%		200
5	Kefyras 2.5%		200

PADAŽAI

1	Grietinė 30%	17P	30
2	Grietinės padažas	1P	30
3	Džemas	19P	20

Marius Kumžis
MK

Sendvario progimnazijos
direktorė
Lina Logvinovienė



1-4

Eil.Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa, g
---------	-----------------------	--------	-----------

SRIUBOS

1	Burokėlių sriuba su bulvėmis	1-3/39AT	250
2	Žiedinių kopūstų sriuba	20Sr	250
3	Pertrinta žiedinių kopūstų sriuba	21Sr	250
	Viso grūdo ruginė duona	1Š	40

	Vaisiai		120
--	---------	--	-----

ANTRI PATIEKALAI

1	Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis)	1A	100/60
2	Jautienos troškiny su padažu (tausojantis)	8A	100/60
3	Kiaulienos suktinukai su paukštienos įdaru (tausojantis)	12A	100
4	Maltas kiaulienos kepsnys (tausojantis)	15A	100
5	Tarkuotų bulvių cepelinai su mėsa, grietinės padažas (kiauliena)	50A	200/40
6	Tarkuotų bulvių cepelinai su varške grietinės padažas	51A	200/40
7	Bulvių plokštainis, grietinės padažas (tausojantis)	46A	200/30
8	Malti kiaulienos voleliai su morkomis (tausojantis)	24A	100
9	Bulvių-žiedinių kopūstų košė (tausojantis)	61A	200
10	Kepti varškėčiai su morkomis, grietinė 30% (tausojantis)	84A	200/20
11	Mokų-cukinių apkepas (augalinis)(tausojantis)	10A	200
12	Daržovių troškiny su žiediniais kopūstais (augalinis)(tausojantis)	11AA	200

GARNYRAS

1	Virtos bulvės	1Gar	100
2	Bulvių košė su morkomis	13Gar	100
3	Biri grikių kruopų košė	7Gar	100
4	Karštų kopūstų garnyras	4-5/106AT	100

SALOTOS

1	Kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais	2S	100
2	Daržovių salotos su paprikomis ir aliejaus padažu	5S	100
3	Morkų salotos su česnakais ir aliejaus padažu	11S	100
4	Morkų, obuolių ir porų salotos su jogurto padažu	14S	100
5	Burokėlių salotos	17S	100
6	Marinuoti agurkai	36S	100
7	Agurkai	36S	100
8	Pomidorai	37S	100

GĖRIMAI

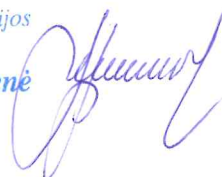
1	Arbata be cukraus	1G	200
2	Kompotas be cukraus	5G	200
3	Pienas 2.5%		200
4	Kefyras 2.5%		200

PADAŽAI

1	Grietinė 30%	17P	30
2	Grietinės padažas	1P	30
3	Džemas	19P	20

Marius Kumėga
MK

Sėndvario progimnazijos
direktorė
Lina Logvinoviėnė



1-5

Eil.Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išveiga, g
---------	-----------------------	--------	------------

SRIUBOS

1	Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis)	7Sr	250
2	Bulvių sriuba su žuvies kukuliais	19Sr	250
	Viso grūdo ruginė duona	1Š	40
Vaisiai			120

ANTRI PATIEKALAI

1	Orkaitėje kepta lašišos file su priekoninėmis žolelėmis (tausojantis)	ž001	80
2	Žuvies kepinukai (tausojantis)	41A	100
3	Balandėliai su mėsa, griet. pomid. padažas (kiauliena)(tausojantis)	63A	200/40
4	Makaronų lakštų plokštainis su mėsa (tausojantis)	70A	200/100
5	Makaronų lakštų plokštainis su varške, špinatais ir sūriu (tausojantis)	69A	200/100
6	Virti makaronai su mėsa (kiauliena) (tausojantis)	68A	100/100
7	Daržovių troškiny su dešrelėmis (tausojantis)	59A	100/100
8	Lietiniai blynėliai su mėsa, sviestas 82 (kiauliena)(tausojantis)	77A	150/75/7,5
9	Varškės, morkų ir avižinių dribsnių blynai, grietinė 30%(tausojantis)	113A	200/20
10	Salierų blynai su saulėgrąžomis (augalinis)(tausojantis)	1AA	200
11	Pilno grūdo makaronai su daržovėmis (augalinis)(tausojantis)	12AA	200

GARNYRAS

1	Bulvių košė	2Gar	100
2	Biri grikių kruopų košė	7Gar	100
3	Biri perlinių kruopų košė	5Gar	100
4	Pjaustytos morkos	16Gar	50

SALOTOS

1	Kopūstų salotos	1S	100
2	Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos	6S	100
3	Morkų salotos su česnakų ir aliejaus padažu	11S	100
4	Morkų salotos su žiediniais kopūstais ir moliūgų sėklomis	13S	100
5	Burokėlių salotos	17S	100
6	Burokėlių salotos su marinuotais agurkais ir pupelėmis	21S	100
7	Agurkai	36S	100
8	Pomidorai	37S	100

GĖRIMAI

1	Arbata be cukraus	1G	200
2	Arbata su citrina be cukraus	2G	200
3	Kompotas be cukraus	5G	200
4	Pienas 2.5%		200
5	Kefyras 2.5%		200
6	Vanduo su citrina	15G	200

PADAŽAI

1	Grietinė 30%	17P	30
2	Grietinės padažas su pomidorų padažu	3P	30
3	Džemas	19P	20

Marius Kumžis
MK

Sendvario progimnazijos
direktorė
Lina Logvinovienė



II SAVAITĖ**2-1**

Eil.Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g
---------	-----------------------	--------	-----------

SRIUBOS

1	Rūgštynių sriuba su bulvėmis(tausojantis)	10Sr	250
2	Pieniška grikių kruopų sriuba(tausojantis)	26Sr	250
	Viso grūdo ruginė duona	1Š	40
Vaisiai			120

ANTRI PATIEKALAI

1	Kiaulienos-daržovių troškiny (tausojantis)	2A	100//100
2	Kiaulienos troškiny su avinžirniais (tausojantis)	4A	100/100
3	Kiaulienos maltinukai su sūrio ir kiaušinio įdaru (tausojantis)	18A	100
4	Kiaulienos kepsnys	9A	100
5	Maltas kiaulienos kepsnys su kmynais (tausojantis)	17A	100
6	Kiaulienos kepinukai (tausojantis)	10A	100
7	Kepta žuvis (menkė)(tausojantis)	9-7/140T	110
8	Varškės apkepas su razinomis,grietinė 30% (tausojantis)	86A	200/20
9	Kepti avinžirnių paplotėliai su daržovėmis (augalinis)(tausojantis)	3AA	200
10	Pupelių-daržovių troškiny (augalinis)(tausojantis)	14AA	200

GARNYRAS

1	Biri perlinių kruopų košė	6Gar	100
2	Bulvių košė	3G	100
3	Biri grikių kruopų košė	7Gar	100

SALOTOS


1	Kopūstų-agurkų salotos su salotų padažu	3S	100
2	Morkų salotos su česnaku su aliejaus padažas	11S	100
3	Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais	4S	100
4	Daržovių salotos su paprikomis su aliejaus padažu	5S	100
5	Burokėlių salotos	17S	100
6	Burokėlių salotos su raugintais kopūstais	19S	100
7	Pomidorai	37S	100
8	Agurkai	36S	100

GĖRIMAI

1	Arbata be cukraus	1G	200
2	Kompotas be cukraus	5G	200
3	Pienas 2.5%		200
4	Kefyras 2.5%		200

PADAŽAI

1	Grietinė 30%	17P	30
2	Grietinės padažas	1P	30
3	Džemas	19P	20

Marius Keimza


Sėdvario progimnazijos
 direktorė
 Lina Logvinovienė



2-2

Eil.Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išveiga, g
---------	-----------------------	--------	------------

SRIUBOS

1	Ryžių kruopų sriuba su bulvėmis (tausojantis)	13Sr	250
2	Vištienos sultinys su viso grūdo makaronais	16Sr	250
	Viso grūdo ruginė duona	1Š	40
Vaisiai			120

ANTRI PATIEKALAI

1	Paukštienos-daržovių troškiny (tausojantis)	2A	100/100
2	Troškinta kalakutiena su padažu (šlaunelių mėsa)(tausojantis)	29A	100/40
3	Kepti paukštienos gabaliukai su pom.padažu ir svog. (tausojantis)	33A	100/30/30
4	Kepta paukštienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	31A	100
5	Vištienos maltinukas (tausojantis)	017P	100
6	Kepti varškėčiai, grietinė 30% (tausojantis)	83A	200/15
7	Virti varškėčiai (tausojantis)	82A	200
8	Troškinta žuvis su daržovėmis (tausojantis)	39A	75/75
9	Kopūstų apkepas (augalinis)(tausojantis)	6AA	200
10	Daržovių troškiny su brokoliais (augalinis)(tausojantis)	11AA	200

GARNYRAS

1	Biri grikių kruopų košė (augalinis,tausojantis)	7Gar	100
2	Biri plikytų ryžių kruopų košė	5G	100
3	Biri perlinių kruopų košė	4Gar	100

SALOTOS

1	Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais	4S	100
2	Morkų salotos su česnaku su jogurto padažu	11S	100
3	Morkų, obuolių salotos su moliūgų sėklomis	12S	50
4	Žaliųjų žirnelių salotos su porais	42S	100
5	Burokėlių salotos (augalinis)	17S	100
6	Daržovių salotos su kmyvais	31S	100
7	Agurkų ir pomidorų salotos su porais	35S	100
8	Agurkai	36S	100

GĖRIMAI

1	Arbata be cukraus	1G	200
2	Kompotas be cukraus	5G	200
3	Pienas 2.5%		200
4	Kefyras 2.5%		200

PADAŽAI

1	Grietinė 30%	17P	30
2	Grietinės padažas	1P	30
3	Džemas	19P	20

Marius Kumžis
MK

Sendvario progimnazijos
direktore
Lina Logvinovienė



2-3

Eil.Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išveiga, g
---------	-----------------------	--------	------------

SRIUBOS

1	Žirnių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	15Sr	250
2	Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	27Sr	200
	Viso grūdo ruginė duona	1Š	40
Vaisiai			120

ANTRI PATIEKALAI

1	Troškinta paukštiena su padažu (file)(tausojantis)	29A	100/40
2	Paukštienos-grikių troškiny (tausojantis)	5A	100/100
3	Kepta paukštienos file (tausojantis)	30A	100
4	Maltas paukštienos šlaunelių mėsos kepsnis (tausojantis)	34A	100
5	Kalakutienos šlaunelių mėsos-daržovių troškiny (tausojantis)	2AA	100/100
6	Žuvies kepsnis (lydeka) (tausojantis)	38A	100
7	Kalakutienos-daržovių-ryžių maltinis (tausojantis)	62A	200
8	Blynėliai su bananais (tausojantis)	79A	200
9	Virtinukai su varške,grietinės padažas (tausojantis)	80A	100/100/30
10	Grikių-daržovių kepinukai (augalinis,tausojantis)	4AA	200
11	Daržovių troškiny su lęšiais ir brokoliais (augalinis)(tausojantis)	13AA	200

GARNYRAS

1	Virti pilno grūdo makaronai	8Gar	100
2	Biri grikių kruopų košė	7Gar	100
3	Biri plikytų ryžių kruopų košė	5Gar	100
4	Virtos bulvės	1Gar	100

SALOTOS

1	Kopūstų salotos	1S	100
2	Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos	6S	100
3	Morkų salotos su česnaku ir aliejaus padažu	11S	100
4	Burokėlių salotos	17S	100
5	Morkų, obuolių ir porų salotos su jogurto padažu	14S	100
6	Agurkai	36S	100
7	Paprika	40S	100
8	Pomidorai	37S	100

GĖRIMAI

1	Arbata be cukraus	1G	200
2	Arbata su citrina be cukraus	2G	200
3	Kompotas be cukraus	5G	200
4	Pienas 2.5%		200
5	Kefyras 2.5%		200

PADAŽAI

1	Grietinė 30%	17P	30
2	Grietinės padažas	1P	30
3	Džemas	19P	20

Marius Kumžis
MK

Sendvario progimnazijos
direktorė
Lina Logvinovienė



2-4

Eil.Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g
---------	-----------------------	--------	-----------

SRIUBOS

1	Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	1Sr	250
2	Pieniška perlinių kruopų sriuba	26Sr	250
	Viso grūdo ruginė duona	1Š	40
Vaisiai			120

ANTRI PATIEKALAI

1	Kiaulienos troškiny su švž.troškintais kpuštais (tausojantis)	6A	100/100
2	Kiaulienos troškiny su ryžiais (tausojantis)	3A	100/100
3	Kiaulienos maltinukas (tausojantis)	28A	100
4	Kiaulienos suktinukas su sūriu (tausojantis)	14A	100
5	Maltos jautienos kepsnys su kmyvais (tausojantis)	15A	100
6	Virtų bulvių cepelinai su mėsa,grietinės padažas (kiauliena)	47A	140/60/40
7	Virtų bulvių cepelinai su varške,grietinės padažas	48A	140/60/40
8	Virtų bulvių blynai su mėsa,grietinės padažas	53A	150/50/40
9	Tiršta avižinių kruopų košė su morkomis (tausojantis)	117A	200
10	Kepti varškėčiai su morkomis,grietinė 30% (tausojantis)	84A	200/20
11	Daržovių troškiny su žiediniais kopūstais (augalinis)(tausojantis)	11A	200
12	Daržovių užkepėlė (augalinis)(tausojantis)	5K/KA	200

GARNYRAS

1	Virtos bulvės	1Gar	100
2	Bulvių košė su pienu	3Gar	100
3	Virti lęšiai	14Gar	100
4	Biri grikių kruopų košė (augalinis,tausojantis)	7Gar	100

SALOTOS

1	Kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais	2S	100
2	Kopūstų salotos su porais	1S	100
3	Morkų salotos su česnakais ir aliejaus padažu	11S	100
4	Morkų salotos su žiediniais kopūstais,pomidorais ir saulėgrąžomis	13S	100
5	Pupelių,porų,obuolių salotos	25S	100
6	Burokėlių salotos	17S	100
7	Agurkai	36S	100
8	Pomidorai	37S	100

GĖRIMAI

1	Arbata be cukraus	1G	200
2	Kompotas be cukraus	5G	200
3	Pienas 2.5%		200
4	Kefyras 2.5%		200

PADAŽAI

1	Grietinė 30%	17P	30
2	Grietinės padažas	1P	30
3	Džemas	19P	20

Marius Kumiža
AKS

Sendvario progimnazijos
direktorė
Lina Logvinovienė



2-5

Eil.Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išreiga, g
---------	-----------------------	--------	------------

SRIUBOS

1	Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis)	11Sr	250
	Viso grūdo ruginė duona	1Š	40
	Vaisiai		120

ANTRI PATIEKALAI

1	Troškinta žuvis su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	39A	100/100
2	Kepta menkių filė (tausojantis)	14K	100
3	Lašišos medalionų kepsnys (tausojantis)	38A	100
4	Žuvies maltinis (tausojantis)	43A	100
5	Balandėliai su mėsa, grietin, pomid, padažas (kiauliena)(tausojantis)	63A	200/40
6	Daržovių troškiny su dešrelėmis (tausojantis)	59A	100/100
7	Virtinukai su mėsa, grietinė 30% (tausojantis)	81A	100/100/30
8	Lietiniai su dešrelėmis, sviestas 82% (tausojantis)	76A	150/75/5
9	Varškės ir ryžių apkepas, džemas (tausojantis)	87A	200/20
10	Morkų ir pupelių apkepas (augalinis)(tausojantis)	10AA	200
11	Makaronai su daržovėmis (augalinis)(tausojantis)	10K/KA	200

GARNYRAS

1	Bulvių košė su sviestu be pieno	2Gar	100
2	Biri grikių kruopų košė	7Gar	100
3	Biri perlinių kruopų košė	5Gar	100

SALOTOS

1	Kopūstų salotos	1S	100
2	Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos	6S	100
3	Morkų salotos su česnakų ir aliejaus padažu	11S	100
4	Burokėlių salotos	17S	100
5	Burokėlių salotos su marinuotais agurkais ir pupelėmis	21S	100
6	Žaliųjų žirnelių salotos su svogūnais ir majonezu	42S	100
7	Agurkai	36S	100
8	Pomidorai	37S	100

GĒRIMAI

1	Arbata be cukraus	1G	200
2	Arbata su citrina be cukraus	2G	200
3	Kompotas be cukraus	5G	200
4	Pienas 2.5%		200
5	Vanduo su citrina	15G	200
6	Kefyras 2.5%		200

PADAŽAI

1	Grietinė 30%	17P	30
2	Grietinės padažas su pomidorų padažu	3P	30
3	Džemas	19P	20

Marius Kumžis
19/5

Sendvario progimnazijos
direktorė
Lina Logvinovienė



III SAVAITĖ**3-1**

Eil.Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g
---------	-----------------------	--------	-----------

SRIUBOS

1	Špinatų sriuba su bulvėmis(tausojantis)	2Sr	250
2	Lęšių ir perlinių kruopų sriuba(tausojantis)	16Sr	250
	Viso grūdo ruginė duona	1Š	40
Vaisiai			120

ANTRI PATIEKALAI

1	Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis)	1A	100/60
2	Apkepti natūralūs kotletai su sūriu (tausojantis)	23A	100
3	Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	9A	100
4	Maltos mėsos kepaliukai (tausojantis)	20A	100
5	Kiaulienos maltinukas (tausojantis)	28A	100
6	Kiaulienos kepsniukai su įdaru (tausojantis)	13A	110
7	Kiaulienos kepinukai (tausojantis)	10A	100
8	Kepta žuvis (menkė)(tausojantis)	9-7/140T	110
9	Blynėliai su obuoliais, grietinė 30%	78A	200/30
10	Daržovių troškiny su brokoliais ir griekiais (augalinis)(tausojantis)	5AA	200
11	Daržovių apkepas (augalinis)(tausojantis)	4-8/162T	160

GARNYRAS

1	Biri perlinių kruopų košė	6Gar	100
2	Biri grikių kruopų košė	7Gar	100
3	Bulvių košė	2Gar	100

SALOTOS

1	Kopūstų salotos su poraisir salotų padažu	1S	100
2	Kopūstų-agurkų salotos su salotų padažu	3S	100
3	Morkų salotos su česnaku	11S	100
4	Morkų, obuolių salotos su moliūgų sėklomis ir jogurto padažu	12S	100
5	Burokėlių salotos	17S	100
6	Burokėlių salotos su marinuotais agurkais ir žaliais žirneliais	20S	100
7	Pomidorai	37S	100
8	Agurkai	36S	100

GĖRIMAI

1	Arbata be cukraus	1G	200
2	Kompotas be cukraus	5G	200
3	Pienas 2.5%		200
4	Kefyras 2.5%		200

PADAŽAI

1	Grietinė 30%	17P	30
2	Grietinės padažas	1P	30
3	Džemas	19P	20

Marius Kumžė


Sendvario progimnazijos
 direktorė
 Lina Logvinovienė



3-2

Eil.Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išėiga, g
---------	-----------------------	--------	-----------

SRIUBOS

1	Daržovių sriuba (tausojantis)	7Sr	250
2	Pertrinta daržovių sriuba(tausojantis)	13Sr	250
	Viso grūdo ruginė duona	1Š	40
Vaisiai			120

ANTRI PATIEKALAI

1	Šutinta vištienos filė su žalumynais ir grietinėle (tausojantis)	013P	75/25
2	Orkaitėje kepta vištienos file su krapais ir petražolėmis (tausojantis)	020P	100
3	Kalakutienos guliašas (tausojantis)	021P	100
4	Paukštienos kepinukai (tausojantis)	32A	100
5	Orkaitėje keptos paukštienos šlaunelės (tausojantis)	025P	100
6	Vištienos maltinukas (tausojantis)	020P	100
7	Menkių file su cukinijomis ir pomidorais (tausojantis)	006Ž	80/10//10
8	Lietiniai su dešrelėmis, sviestas 82% (tausojantis)	76A	150/75/5
9	Kepti varškėčiai su uogiene (tausojantis)	83A	200/20
10	Grikių košė su morkomis (augalinis)(tausojantis)	35KA	200
11	Kopūstų kepsneliai (augalinis)(tausojantis)	7AA	200

GARNYRAS

1	Biri grikių kruopų košė	7Gar	100
2	Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais	4Gar	100
3	Bulvių košė	3Gar	100

SALOTOS

1	Kopūstų salotos su svogūnais su salotų padažu	1S	100
2	Morkų salotos su česnaku su aliejaus padažu	11S	100
3	Kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais su porais ir salotų padažu	2S	100
4	Burokėlių salotos	17S	100
5	Burokėlių salotos su ž.žirneliais	18S	100
6	Daržovių salotos su kmynais	31S	100
7	Agurkų ir pomidorų salotos	35S	100

GĖRIMAI

1	Arbata be cukraus	1G	200
2	Kompotas be cukraus	5G	200
3	Pienas 2.5%		200
4	Kefyras 2.5%		200

PADAŽAI

1	Grietinė 30%	17P	30
2	Grietinės padažas	1P	30
3	Uogienė	19P	20

Marius Kurmiza
MK

Sėdvario progimnazijos
direktorė
Lina Logvinovienė



3-3

Eil.Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išseiga, g
---------	-----------------------	--------	------------

SRIUBOS

1	Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis)	Sr004	250
2	Vištienos sultinys su viso grūdo makaronais (tausojantis)	16Sr	250
	Viso grūdo ruginė duona	1Š	40
	Vaisiai		120

ANTRI PATIEKALAI

1	Paukštienos-daržovių troškiny (tausojantis)	2A	100/100
2	Troškinta kalakutiena su padažu (šlaunelių mėsa)(tausojantis)	29A	100/40
3	Kepti paukštienos gabaliukai su pom.padažu ir svog. (tausojantis)	33A	100/30/30
4	Kepta paukštienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	31A	100
5	Vištienos maltinukas (tausojantis)	017P	100
6	Makaronų lakštų plokštainis su mėsa (tausojantis)	70A	200/100
7	Vištienos troškiny su plikytais ryžiais	3A	100/100
8	Varškės spygliukai, grietinė 30% (tausojantis)	89A	200/20
9	Troškinta žuvis su daržovėmis (tausojantis)	39A	75/75
10	Kopūstų apkepas (augalinis)(tausojantis)	6AA	200
11	Daržovių troškiny su brokoliais (augalinis)(tausojantis)	11AA	200

GARNYRAS

1	Biri grikių kruopų košė	7Gar	100
2	Biri plikytų ryžių kruopų košė	5G	100
3	Bulvių košė su sviestu be pieno	2Gar	100
4	Virti pilno grūdo makaronai	2Gar	100

SALOTOS

1	Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais	4S	100
2	Morkų salotos su česnaku su jogurto padažu	11S	100
3	Morkų, obuolių salotos su moliūgų sėklomis	12S	50
4	Žaliųjų žirnelių salotos su porais	42S	100
5	Burokėlių salotos	17S	100
6	Daržovių salotos su krynais	31S	100
7	Agurkų ir pomidorų salotos su porais	35S	100
8	Agurkai	36S	100

GĖRIMAI

1	Arbata be cukraus	1G	200
2	Kompotas be cukraus	5G	200
3	Pienas 2.5%		200
4	Kefyras 2.5%		200

PADAŽAI

1	Grietinė 30%	17P	30
2	Grietinės padažas	1P	30
3	Džemas	19P	20

Marius

Kumžė
MSendvario progimnazijos
direktorė
Lina Logvinoviėnė

Lina Logvinoviėnė

3-4

Eil.Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išseiga, g
---------	-----------------------	--------	------------

SRIUBOS

1	Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis)	12Sr	250
2	Pieniška grikių kruopų sriuba	26Sr	250
	Viso grūdo ruginė duona	1Š	40
Vaisiai			120

ANTRI PATIEKALAI

1	Kiaulienos-daržovių troškiny (tausojantis)	2A	100/100
2	Kiaulienos troškiny su pupelėmis (tausojantis)	7A	100/75
3	Kiaulienos maltinukai su sūrio ir kiaušinio įdaru (tausojantis)	18A	100
4	Kepti kiaulienos gabaliukai su pom.padažu ir svogūnais (tausojantis)	11A	100/30/30
5	Kiaulienos maltiniai (tausojantis)	17K	100
6	Kiaulienos suktinukas su paukštienos įdaru (tausojantis)	12A	100
7	Varškės apkepas su razinomis, grietinė 30% (tausojantis)	86A	200/20
8	Kepti avinžirnių paplotėliai su daržovėmis (augalinis)(tausojantis)	3AA	200
9	Pupelių-daržovių troškiny (augalinis)(tausojantis)	14AA	200

GARNYRAS

1	Biri perlinių kruopų košė	6Gar	100
2	Bulvių košė	3G	100
3	Biri grikių kruopų košė	7Gar	100

SALOTOS

1	Kopūstų-agurkų salotos su salotų padažu	3S	100
2	Morkų salotos su česnaku su aliejaus padažu	11S	100
3	Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais	4S	100
4	Daržovių salotos su paprikomis su aliejaus padažu	5S	100
5	Burokėlių salotos	17S	100
6	Burokėlių salotos su raugintais kopūstais	19S	100
7	Pomidorai	37S	100
8	Agurkai	36S	100

GĖRIMAI

1	Arbata be cukraus	1G	200
2	Kompotas be cukraus	5G	200
3	Pienas 2.5%		200
4	Kefyras 2.5%		200

PADAŽAI

1	Grietinė 30%	17P	30
2	Grietinės padažas	1P	30
3	Džemas	19P	20

Marius Kuzmėna
MK

Sėdvario progimnazijos
direktorė
Lina Logvinovienė



3-5

Eil.Nr.	Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiğa, g
---------	-----------------------	--------	-----------

SRIUBOS

1	Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (tausojantis)	17Sr	250
2	Bulvių sriuba su žuvies kukuliais (tausojantis)	19Sr	250
	Viso grūdo ruginė duona	1Š	40

	Vaisiai		120
--	---------	--	-----

ANTRI PATIEKALAI

1	Orkaitėje kepti maltos žuvies kotletai (tausojantis)	9-8/162T	100
2	Žuvies kepinukai (tausojantis)	41A	100
3	Žuvies apkepas (tausojantis)	40A	100
4	Balandėliai su mėsa, griet. pomid. padažas (kiauliena)(tausojantis)	63A	200/40
5	Įdaryta paprika su mėsa ir ryžiais(tausojantis)	1K/KA	280
6	Daržovių troškiny su dešrelėmis (tausojantis)	59A	100/100
7	Lietiniai blynėliai su mėsa, sviestas 82% (kiauliena)(tausojantis)	77A	150/75/5
8	Lietiniai blynėliai su varške, grietinė 30%(tausojantis)	74A	150/75/20
9	Įdaryta paprika su daržovėmis (augalinis)(tausojantis)	1K/KA	280
10	Pilno grūdo makaronai su daržovėmis (augalinis)(tausojantis)	12AA	200

GARNYRAS

1	Virtos bulvės	8Gar	100
2	Biri grikių kruopų košė	7Gar	100
3	Biri perlinių kruopų košė	5Gar	100
4	Troškinti žiediniai kopūstai	9Gar	100

SALOTOS

1	Kopūstų salotos	1S	100
2	Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos	6S	100
3	Morkų salotos su česnaku ir aliejaus padažu	11S	100
4	Morkų salotos su žiediniais kopūstais ir moliūgų sėklomis	13S	100
5	Burokėlių salotos	17S	100
6	Burokėlių salotos su marinuotais agurkais ir pupelėmis	21S	100
7	Agurkai	36S	100
8	Pomidorai	37S	100

GĖRIMAI

1	Arbata be cukraus	1G	200
2	Arbata su citrina be cukraus	2G	200
3	Kompotas be cukraus	5G	200
4	Pienas 2.5%		200
5	Kefyras 2.5%		200
6	Vanduo su citrina	15G	200

PADAŽAI

1	Grietinė 30%	17P	30
2	Grietinės padažas su pomidorų padažu	3P	30
3	Džemas	19P	20

Savininkas

Marius Kumža



 Sendvario progimnazijos
 direktorė
 Lina Logvinovienė

