

Prienų „Žiburio“ gimnazija

VALGIARAŠTIS

Pirma savaitė

Pirmadienis

1.

Pietūs

MOKINIŲ MOKAMAS MAITINIMAS

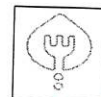


MB "Ginarita"

SRIUBA	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	S-1	200	94,8	0,80
Viso grūdo ruginė duona	De-4	20	51,3	0,05
ANTRIEJI PATIEKALAI	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Garintas kiaulienos-ryžių kukulis (tausojantis)	PAT-05	140	243	1,80
Ryžių kruopų plovos su kiauliena (tausojantis)	PAT-04	200	303	2,60
Makaronai su fermentiniu sūriu, 45% (tausojantis)	PAT-05	200	286	2,20
Daržovių troškiny (augalinis) (tausojantis)	AUG-01	200	183,2	1,20
Kiaulienos nugarinės kepsnys	PAT-01	120	211	1,70/2,00
Vafliniai blynai	MIL-01	200	505	2,20
UŽKEPĖLĖ	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Daržovių užkepėlė su graikišku jogurtu, 10% ir fermentiniu sūriu, 45%	PAG-03	30	42	0,30
PAGARDAI	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Graikiško jogurto, 10% ir keptų daržovių užpilas	PAG-04	30	31	0,20
Graikiškas jogurtas, 10%, uogos	PAG-02	10/10	19	0,30
Lydytas sūris, 40%	PAG-01	30	61,5	0,20
GARNYRAS	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Daržovių troškiny (augalinis) (tausojantis)	AUG-01	100	91,6	0,60
Virti avižiniai dribsniai (augalinis) (tausojantis)	GAR-07	100	118,46	0,50
Virti griekiai (augalinis) (tausojantis)	V-17	100	148,1	0,50
SALOTOS	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Šviežių kopūstų salotos su obuoliu (augalinis)	SLT-09	100	74,16	0,50
Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	SL-2	100	93,2	0,50
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	SL-1	100	77,9	0,50
Sezoninių daržovių rinkinukas 3-jų rūšių (augalinis)	SLT-15	10/10/10	15	0,15
GĖRIMAS	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Stalo vanduo	G-6	150	0	0,00
Kefyras, 2,5 %	G-13	150	78	0,30
Visa dienos kaina:				15,40

TVIRTINU
Prienų „Žiburio“ gimnazija
Direktorė

Irma Kačinauskienė



SRIUBA

	<i>Rp. Nr.</i>	<i>Išėiga g</i>	<i>Energ. Vertė</i>	<i>Kaina</i>
Ryžių sriuba su pomidorų tyre (tausojantis) (augalinis)	S-2	200	116	0,80
Viso grūdo ruginė duona	De-4	20	51,3	0,05

ANTRIEJI PATIEKALAI

	<i>Rp. Nr.</i>	<i>Išėiga g</i>	<i>Energ. Vertė</i>	<i>Kaina</i>
Apkeptas su garais vištienos kukulis (tausojantis)	PAT-07	140	192	1,80
Skryliai (tausojantis)	PAT-33	200	317	2,20
Balandėliai su kiauliena (tausojantis)	PAT-29	2x100	245	2,00
Pupelių troškiny su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-02	200	197,8	1,20
Vištienos šlaunelių mėsos kepsnys	PAT-03	120	184	1,70/2,00

UŽKEPĖLĖ

	<i>Rp. Nr.</i>	<i>Išėiga g</i>	<i>Energ. Vertė</i>	<i>Kaina</i>
Daržovių užkepėlė su graikišku jogurtu, 10% ir fermentiniu sūriu, 45%	PAG-03	30	42	0,30

PAGARDAI

	<i>Rp. Nr.</i>	<i>Išėiga g</i>	<i>Energ. Vertė</i>	<i>Kaina</i>
Graikiško jogurto, 10% ir keptų daržovių užpilas	PAG-04	30	31	0,20
Graikiškas jogurtas, 10%, uogos	PAG-02	10/10	19	0,30

GARNYRAS

	<i>Rp. Nr.</i>	<i>Išėiga g</i>	<i>Energ. Vertė</i>	<i>Kaina</i>
Virtos bulvės(augalinis) (tausojantis)	GAR-01	100	89	0,50
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	GAR-05	100	112,49	0,50
Pupelių troškiny su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-02	100	98,9	0,60

SALOTOS

	<i>Rp. Nr.</i>	<i>Išėiga g</i>	<i>Energ. Vertė</i>	<i>Kaina</i>
Šviežių kopūstų ir porų salotos (augalinis)	SL-10	100	77,4	0,50
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	SL-1	100	77,9	0,50
Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	SL-2	100	93,2	0,50
Sezoninių daržovių rinkinukas 3-jų rūšių (augalinis)	SLT-15	10/10/10	15	0,15

GĖRIMAS

	<i>Rp. Nr.</i>	<i>Išėiga g</i>	<i>Energ. Vertė</i>	<i>Kaina</i>
Stalo vanduo	G-6	150	0	0,00
Kefyras, 2,5 %	G-13	150	78	0,30

Visa dienos

kaina:

12,40

TVIRTINU

Prienu „Žiburio“ gimnazija

Direktorė

Irma Kačinauskienė



SRIUBA	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Burokėlių sriuba, jogurtas, 2,5% (tausojantis)	S-3	200/5	104	0,80
Viso grūdo ruginė duona	De-4	20	51,3	0,05
ANTRIEJI PATIEKALAI	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Keptas maltos kiaulienos šnicelis (tausojantis)	PAT-08	140	261	1,80
Virtų bulvių paplotėliai „Švilpikai" (tausojantis)	PAT-30	200	273	2,20
Kiaulienos troškiny su daržovėmis (tausojantis)	PAT-26	200	251	1,20
Tarkuotų bulvių cepelinas su kiauliena (tausojantis)	PAT-28	160	267	1,90
Kiaulienos nugarinės kepsnys	PAT-01	1,2	211	1,70/ 2,00
Žirnių troškiny su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-03	200	215,4	1,20
UŽKEPĖLĖ	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Daržovių užkepėlė su graikišku jogurtu, 10% ir fermentiniu sūriu, 45%	PAG-03	30	42	0,30
PAGARDAI	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Graikiško jogurto, 10%, keptų svogūnų ir sviesto, 82% užpilas	PAG-05	30	60	0,30
Graikiško jogurto, 10% ir keptų daržovių užpilas	PAG-04	30	31	0,20
GARNYRAS	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Virtos miežinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	GAR-04	100	77	0,50
Virti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	GAR-03	100	118,23	0,50
Žirnių troškiny su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-03	100	107,7	0,60
SALOTOS	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Šviežių kopūstų salotos su obuoliu (augalinis)	SLT-09	100	74,16	0,50
Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	SL-2	100	93,2	0,50
Morkų salotos su obuoliais (augalinis)	SLT-03	100	86	0,50
Sezoninių daržovių rinkinukas 3-jų rūšių (augalinis)	SLT-15	10/10/10	15	0,15
GĖRIMAS	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Stalo vanduo	G-6	150	0	0,00
Kefyras, 2,5 %	G-13	150	78	0,30
Visa dienos kaina:				13,50

TVIRTINU
Prienu „Žiburio“ gimnazija
Direktorė
Irma Kačinauskienė



SRIUBA	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	S-3	200	148	0,80
Viso grūdo ruginė duona	De-4	20	51,3	0,05
ANTRIEJI PATIEKALAI	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Keptas su garais vištienos maltinis (tausojantis)	PAT-15	140	219	1,80
Lietiniai blynai su varškės, 9% ir obuolių įdaru	PAT-27	2x100	355	2,20
Virti makaronai su daržovėmis (tausojantis)	PAT-10	200	238	2,20
Perlinių kruopų troškiny su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-04	200	189,8	1,20
Vištienos filė kepsnys	PAT-02	120	161	1,70/2,00
UŽKEPĖLĖ	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Daržovių užkepėlė su graikišku jogurtu, 10% ir fermentiniu sūriu, 45%	PAG-03	30	42	0,30
PAGARDAI	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Graikiškas jogurtas, 10%, uogos	PAG-02	10/10	19	0,30
Graikiško jogurto, 10% ir keptų daržovių užpilas	PAG-04	30	31	0,20
GARNYRAS	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Virtų bulvių košė (augalinis) (tausojantis)	GAR-01	100	89	0,50
Virti avižiniai dribsniai (augalinis) (tausojantis)	GAR-07	100	118,46	0,50
Perlinių kruopų troškiny su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-04	100	94,9	0,60
SALOTOS	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Šviežių kopūstų salotos su obuoliu (augalinis)	SLT-09	100	74,16	0,50
Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	SL-2	100	93,2	0,50
Pekino kopūstų salotos su morkomis (augalinis)	SLT-12	100	76,1	0,50
Sezoninių daržovių rinkinukas 3-jų rūšių (augalinis)	SLT-15	10/10/10	15	0,15
GĖRIMAS	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Stalo vanduo	G-6	150	0	0,00
Kefyras, 2,5 %	G-13	150	78	0,30
Visa dienos kaina:				12,60

TVIRTINU
Prienu „Žiburio“ gimnazija
Direktorė
Irma Kačinauskienė



SRIUBA	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Špinatų sriuba su miežinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	S-13	200	93,28	0,80
Viso grūdo ruginė duona	De-4	20	51,3	0,05
ANTRIEJI PATIEKALAI	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Liesos žuvies žuvies (jūros lydekos filė) kepsnys (tausojantis)	PAT-19	150	205	2,10
Kepti su garais varškėčiai (tausojantis)	PAT-32	200	418	2,20
Miežinių kruopų troškinys su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-05	200	196,8	1,20
Virtos pieniškos vištienos dešrelės (tausojantis)	PAT-09	3x55	327	1,00
Keptas su garais liesos žuvies (jūros lydekos filė) maltinis (tausojantis)	PAT-20	140	189	1,80
Kiaulienos nugarinės kepsnys	PAT-01	120	211	1,70/2,00
UŽKEPĖLĖ	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Daržovių užkepėlė su graikišku jogurtu, 10% ir fermentiniu sūriu, 45%	PAG-03	30	42	0,30
PAGARDAI	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Graikiškas jogurtas, 10%, uogos	PAG-02	10/10	19	0,30
Graikiško jogurto, 10% ir keptų daržovių užpilas	PAG-04	30	31	0,20
GARNYRAS	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	GAR-05	100	112,49	0,50
Virti ryžiai (augalinis) (tausojantis)	GAR-03	100	118,23	0,50
Miežinių kruopų troškinys su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	AUG-05	100	98,4	0,60
SALOTOS	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Šviežių kopūstų salotos (augalinis)	SLT-14	100	70,78	0,50
Burokėlių salotos su aliejumi (augalinis)	SL-2	100	93,2	0,50
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	SL-1	100	77,9	0,50
Sezoninių daržovių rinkinukas 3-jų rūšių (augalinis)	SLT-15	10/10/10	15	0,15
GĖRIMAS	Rp. Nr.	Išėiga g	Energ. Vertė	Kaina
Stalo vanduo	G-6	150	0	0,00
Kefyras, 2,5 %	G-13	150	78	0,30
Visa dienos kaina:				13,50

TVIRTINU
Prienu „Žiburio“ gimnazija
Direktorė
Irma Kačinauskienė