



TVIRTINU
Visagino Draugystės
progimnazijos direktorius
R. Petavičius
Rimantas Petavičius

Papildomas valgiaraštis

I savaitė

pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga, g
1. Lietiniai su mėsa		
2. Mėsos maltinukai kepti orkaitėje (tausojantis)	657	100
3. Grikių kruopų košė su pienu	3-3/40T	200

antradienis

1. Lašių medalionai garuose	9-7/145T	85
2. Virtos dešrelės	572	100
3. Žiediniai kopūstai su ryžiais ir grietinėlė	4-5/107T	125

trečiadienis

1. Vištienos kepsnys keptas orkaitėje	721	100
2. Varškės apkepas(tausojantis)	7-8/169T	
3. Viso grudo makaronai su sviestu	6-3/60T	110

ketvirtadienis

1. Kalakutienos šlaunelių guliašas su bulvėmis (tausojantis)	10-5/110T	
2. Maltos žuvies kotletai (juros lydeka) (tausojantis)	9-8/162T	110
3. Kukurūzų kruopų košė moliūgu, sviestu ir cinamonu (tausojantis)		

penktadienis

1. Jautienos kukulaičiai (tausojantis)	12-7/141T	110
2. Kepti orkaitėje varškėčiai (9%) su viso grudo kvietiniais miltais (tausojantis)	7-8/166T	
3. Penkių grūdų dribsnių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis)	3-3/42AT	150



TVIRTINU
Visagino Draugystės
progimnazijos direktorius
D. Petra
Rimantas Petravičius

Papildomas valgiaraštis

II savaitė

pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga, g
1. Kepta su garais žuvis (juros lydeka) (tausojantis)	9-7/140T	100
2. Omletas	8-8/162T	130
3. Viso grudo makaronai su sūriu	6-3/60T	200

antradienis

1. Lietiniai su mėsa		130
2. Vištienos kepsnys keptas orkaitėje	722	100
3. Kukurūzų kruopų košė su fermentinių sūriu ir grietinėle	3-3/44T	220

trečiadienis

Ryžių plovos su vištienos filė	10-5/111T	200
2. Kiaulienos nugarinės kepsnys keptas orkaitėje	611	125
3. Miežinių kruopų košė	3-3/10T	150

ketvirtadienis

1. Kepti su garais kalakutienos filė kotletai su čiobreliu ir raudonėliu (tausojantis)	10-7/140T	140
2. Varškės (9%) ir bananų apkepas su ciberžolė ir cinamonu (tausojantis)	7-8/170T	
Ryžių košė su sviestu (tausojantis)	747	120

penktadienis

1. Kiaulienos ir daržovių troškiny su bulvėmis ir morkomis (tausojantis)	11-5/104T	200
2. Orkaitėje kepti maltos žuvies kotletai	9-8/162T	100
3. Grikių košė su sviestu	3-3/33T	150



TVIRTINU
Visagino Draugystės
progimnazijos direktorius
R. Petavičius
Rimantas Petravičius

Papildomas valgiaraštis

III savaitė

pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga, g
1. Lietiniai su mėsa		130
2. Kalakutienos šlaunelių kukuliai orkaitėje	10-3/62T	120
3. Keptas orkaitėje viso grudo makaronų su daržovėmis ir sūriu apkepas (tausojantis)	6-8/160T	160

antradienis

1. Varškės apkepas (tausojantis)	7-8/169T	
2. Lašių medalionai garuose	9-7/145T	85
3. Kukurūzų kruopų koše su fermentinių sūriu ir grietinėle (tausojantis)	3-3/44T	180

trečiadienis

1. Kiaulienos nugarinės kepsnys keptas orkaitėje	611	125
2. Mėsos maltinukai kepti orkaitėje	657	100
3. Omletas su pomidorais (tausojantis)	8-8/161T	130

ketvirtadienis

1. Kepti su garais kalakutienos filė kotletai su čiobreliu ir raudonėliu (tausojantis)	10-7/140T	140
2. Kepti orkaitėje varškėčiai (9%) su viso grudo kvietiniais miltais (tausojantis)	7-8/166T	
3. Grikių troškinys su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	3-5/100AT	180

penktadienis

1. Jautienos kukulaičiai (tausojantis)	12-7/141T	110
2. Vištienos kepsnys keptas orkaitėje	723	110
3. Keptas su garais brokolių ir kiaušinių apkepas (tausojantis)	4-7/159T	180

