

VISAGINO DRAUGYSTĖS PROGIMNAZIJA

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

6–10 metų vaikams

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

2025–2026 m. m.

Įstaigos darbo laikas
nuo 8.45 iki 14.00 val.

sudarė vyr. vyrėja



Oksana Griško

TVIRTINU
Visagino Draugystės
proгимnazijos direktorius

Rimantas Petravičius



Valgiaraštis

6-10 metų vaikams
1 savaitė - pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga, g
PIETŪS 10:35 – 10:50 val.		
1. Lėšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	Sr 026	150
2. Ryžių plovas su kalakutienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	10-5/109 T	180
3. Kopūstų, agurkų, pomidorų ir paprikų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/8A	100
4. Viso grūdo duona		40
5. Obuolių sultys		200
6. Vaisiai		100

sudarė vyr. vyreja

Oksana Griško



TVIRTINU
Visagino Draugystės
progimnazijos direktorius
Rimantas Petravičius

Valgiaraštis

6-10 metų vaikams
1 savaitė -antradienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga, g
PIETŪS 10:35 – 10:50 val.		
1. Bulvių sriuba su žuvies kukuliais (tausojantis)	19/2018	150
2. Grietinė		10
3. Kepti vištienos kukuliai su sezamo sėklomis garuose	10-7/143 T	110
4. Grikių košė su sviestu	3-3/33 T	150
5. Švieži agurkai		60
6. Viso grūdo duona		40
7. Ramunėlių arbata	17-1/2	200
7. Vaisiai		100

sudarė vyr. vyreja

Oksana Griško



TVIRTINU
Visagino Draugystės
progimnazijos direktorius
Rimantas Petravičius

Valgiaraštis

6-10 metų vaikams
1 savaitė - trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga, g
PIETŪS 10:35 – 10:50 val.		
1. Naminė sriuba (tausojantis)	251/1981	200
2. Grietinė 30%		10
3. Virti viso grūdo makaronai su malta kiauliena (tausojantis)	11-5/101 T	200
4. Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	2-1/7 6	100
5. Troškinti žiediniai kopūstai (tausojantis)	9-2018	50
6. Šaldytų uogų kompotas		200
7. Viso grūdo duona		40
8. Vaisiai		100

sudarė vyr. vyrėja

Oksana Griško

TVIRTINU

Visagino Draugystės
progimnazijos direktorius

Rimantas Petravičius



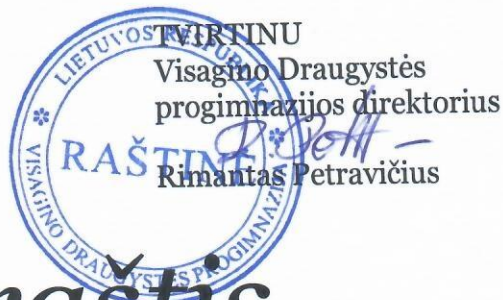
Valgiaraštis

6-10 metų vaikams
1 savaitė -ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga, g
PIETŪS 10:35 – 10:50 val.		
1. Burokėlių sriuba su raugintais kopūstais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	4/2018	150
2. Grietinė 30%		10
3. Orkaitėje garuose kepti iš kalakutienos filė kotletai su čiobreliais (tausojantis)	10-7/140T	100
4. Bulvių-brokolių košė)	11/2018	150
5. Šviežių kopūstų ir agurkų salotos (augalinis) (tausojantis)	3/2018	100
6. Viso grūdo duona		40
7. Čiobrelių arbata	17-1/2	200
8. Vaisiai		150

sudarė vyr. vyrėja

Oksana Griško



TVIRTINU
Visagino Draugystės
progimnazijos direktorius
Rimantas Petravičius

Valgiaraštis

6-10 metų vaikams
1 savaitė - penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga, g
PIETŪS 10:35 – 10:50 val.		
1. Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/30 AT1	150
2. Orkaitėje garuose kepti lašišių kašneliai	Ž-014	60
3. Bulvių košė su sviestu	4-3/33 T	100
4. Pomidorai		60
5. Viso grūdo duona		40
6. Šaldytų vaisnių kompotas	17-1/2	200
7. Vaisiai		100

sudarė vyr. vyreja

Oksana Griško



TVIRTINU
Visagino Draugystės
progimnazijos direktorius
Rimantas Petravičius

Valgiaraštis

6–10 metų vaikams
2 savaitė -pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga, g
PIETŪS 10:35 – 10:50 val.		
1. Daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	13-2018	150
2. Grietinė 30%		10
3. Orkaitėje garuose kepti vištienos šlaunelių mėsa (tausojantis)		100
4. Viso grūdo makaronai (augalinis) (tausojantis)	6-3/61AT	100
5. Troškinti žiediniai kopūstai (augalinis) (tausojantis)	9-2018	50
6. Agurkų ir pomidorų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/18A	90
7. Pilno grūdo duona		40
8. Čiobrelių arbata	17-1/21	200
6. Vaisiai		100

sudarė vyr. vyreja

Oksana Griško



VIRTINU
Visagino Draugystės
progimnazijos direktorius
Rimantas Petravičius

Valgiaraštis

6–10 metų vaikams
2 savaitė - antradienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga, g
PIETŪS 10:35 – 10:50 val.		
1. Tiršta agurkienė sriuba su bulvėmis, perinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/25AT1	150
2. Grietinė 30%		10
3. Orkaitėje garuose kepti lašišų filė maltinukai (tausojantis)	Ž010	85
4. Ryžių košė su sviestu	3-3/36AT	120
5. Virtų burokėlių salotos su obuoliais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-3/63A	120
6. Arbata	11/2018	200
7. Viso grūdo duona		40
8. Vaisiai		100

sudarė vyr. vyreja

Oksana Griško



TVIRTINU
Visagino Draugystės
progimnazijos direktorius
Rimantas Petravičius

Valgiaraštis

6–10 metų vaikams
2 savaitė -trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga, g
PIETŪS 10:35 – 10:50 val.		
1. Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/39AT	150
2. Grietinė 30%		10
3. Kiaulienos ir daržovių troškinys su bulvėmis ir morkomis (tausojantis)	11-5/104T	200
4. Šviežių kopūstų ir morkų salotos	2-1/19A3	110
5. Troškinti brokoliai (augalinis) (tausojantis)	9-2018	50
6. Viso grūdo duona		40
7. Šaldytu mėlynių kompotas	11-2018	200
8. Vaisiai		100

sudarė vyr. vyresn.

Oksana Griško



KETVIRTINU
Visagino Draugystės
progimnazijos direktorius
Rimantas Petravičius

Valgiaraštis

6–10 metų vaikams
2 savaitė -ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga, g
PIETŪS 10:35 – 10:50 val.		
1. Bulvių sriuba su mėsos kukuliais (tausojantis)	18/2018	150
2. Grietinė 30%		10
3. Kepti orkaitėje kiaulienos kukuliai su avižų sėlenomis ir obuoliais (tausojantis)	11-8/160T	100
4. Virtas kuskusas su sviestu (tausojantis)	3-3/51T	100
5. Morkų salotos su česnakais su alyvuogių aliejumi (augalinis)	11/2018	50
6. Viso grūdo duona		40
7. Vaisių arbata	17-1/21	200
8. Vaisiai		100

sudarė vyr. vyreja

Oksana Griško



TVIRTINU
Visagino Draugystės
programavimosi direktorius
Rimantas Petravičius

Valgiaraštis

6–10 metų vaikams
2 savaitė -penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga, g
PIETŪS 10:35 – 10:50 val.		
1. Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija	1-3/35 AT1	150
2. Ryžių plovos su vištienos šlaunelių mėsa	10-5/111T	200
4. Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6A	110
5. Viso grūdo duona		40
6. Obuolių sultys		200
7. Vaisiai		100

sudarė vyr. vyrėja

Oksana Griško



TVIRTINU
Visagino Draugystės
progimnazijos direktorius
[Signature]
Rimantas Petravičius

Valgiaraštis

6–10 metų vaikams
3 savaitė - pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga, g
PIETŪS 10:35 – 10:50 val.		
1. Raugintų kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/26 AT	150
Grietinė 30%		10
2. Troškinta paukštiena su (tausojantis)	29/2018	75/30
3. Grikių koše su sviestu (tausojantis)	3-3/331T	100
4. Agurkų ir pomidorų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/18A	100
5. Troškinti žiediniai kopūstai (augalinis) (tausojantis)	9-2018	60
6. Obuolių sultys		200
7. Viso grūdo duona		40
8. Vaisiai		100

sudarė vyr. vyrėja

[Signature]
Oksana Griško

TVIRTINU

Visagino Draugystės
progimnazijos direktorius

Rimantas Petravičius



Valgiaraštis

6–10 metų vaikams
3 savaitė - antradienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išeiga, g
PIETŪS 10:35 – 10:50 val.		
1. Naminė sriuba (tausojantis)	251/1981	200
2. Grietinė 30%		10
3. Garuose kepti jautienos ir kiaulienos kukulaičiai (tausojantis)	12-7/141 T	100
4. Bulvių-žiedinių kopūstų košė (augalinis) (tausojantis)	11/2018	100
5. Virtu burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais	2-3/60A	60
6. Šaldytų braškių kompotas	11/2018	200
7. Viso grūdo duona		40
8. Vaisiai		100

sudarė vyr. vyreja

Oksana Griško



TVIRTINU

Visagino Draugystės
progimnazijos direktorius

Rimantas Petravičius

Valgiaraštis

6–10 metų vaikams
3 savaitė - trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga, g
PIETŪS 10:35 – 10:50 val.		
1. Bulvių sriuba su mėsos kukuliais (tausojantis)	18/2018	150
2. Grietinė 30%		10
3. Kiaulienos ir daržovių troškiny su bulvėmis ir morkomis (tausojantis)	11-5/102 T	200
4. Kopūstų, pomidorų, agurkų ir paprikų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/9A	100
5. Vaisinė arbata	17-1/2	200
6. Viso grūdo duona		40
7. Vaisiai		100

sudarė vyr. vyreja

Oksana Griško



TVIRTINU
Vasagino Draugystės
progimnazijos direktorius
Rimantas Petravičius

Valgiaraštis

6–10 metų vaikams
3 savaitė -ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga, g
PIETŪS 10:35 – 10:50 val.		
1. Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliais (augalinis) (tausojantis)	1-3/31AT1	150
2. Grietinė 30%		10
3. Vištienos kumpelių guliašas pomidorų tyrėje (tausojantis)	10-5/105T	160
4. Makaronai su sviestu (tausojantis)	6-3/61AT	100
5. Švieži agurkai (augalinis)		100
6. Viso grūdo duona		40
7. Ekologiška „Imuno“ arbata	17-1/2	200
8. Vaisiai		100

sudarė vyr. vyrėja

Oksana Griško



TVIRTINU
Visagino Draugystės
progimnazijos direktorius
Rimantas Petravičius

Valgiaraštis

6–10 metų vaikams
3 savaitė -penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Receptūros Nr.	Išėiga, g
PIETŪS 10:35 – 10:50 val.		
1. Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir kopūstais (augalinis) (tausojantis)	1-3/34AT1	150
2. Grietinė 30%		10
3. Orkaitėje garuose kepti lašišų filė maltinukai (tausojantis)	Ž010	85
4. Žiediniai kopūstai su ryžiu koše ir grietinėlė (tausojantis)	4-5/107T3	125
5. Pekino kopūstų, obuolių, ir agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/7A6	100
6. Viso grūdo duona		40
7. Ramunėlių arbata	17-1/2	200
8. Vaisiai		100

sudarė vyr. vyreja

Oksana Griško