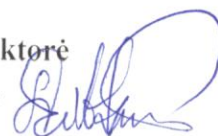


Tvirtinu; progimnazijos direktorė

Ligita Eitkevičienė



## JONIŠKIO MATO SLANČIAUSKO PROGIMNAZIJA

2023-2024 m. m. MOKAMO MAITINIMO II SAV. VALGIARAŠTIS

2-savaitė pirmadienis Darbo laikas 6.00 – 14.30 val. Pietūs 10.30 - 14.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Tech.Nr.	Išėiga	Balt. g.	Rieb. g.	Angl.g.	Kalorijos
Bulvių sriuba su perl. kruopom	7- sriub/7	125	1,35	1,80	10,40	61,98
Nat.kiaul.m.su sūriu[sv.t.m.]	18A	120	28,86	17,05	11,17	312,15
T.bulvių plokšt.su varške ir gr.	8A	200	5,47	8,68	24,63	178,75
Virti griekiai	7- garn/393	100	6,13	5,51	33,27	204,65
[vairios salotos[švediškas st.]	23/182g	100	3,67	20,06	4,68	205,02
Mėsos-kopūstų troškiny[s.k.]	6/164	100/100	29,40	19,47	6,16	313,49
Baltasis pieno padažas	2- pad/1	50	1,99	3,35	4,33	55,23

2-savaitė antradienis Darbo laikas 6.00 – 14.30 val. Pietūs 10.30 - 14.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Tech.Nr.	Išėiga	Balt. g.	Rieb. g.	Angl.g.	Kalorijos
Burokėlių-pupelių sriuba	2- sriub/225	125/10	2,42	5,66	18,29	102,74
Troškinta jautiena su padažu	7- antr/268	100/60	32,37	27,53	8,56	406,02
V.b.blynai su jaut.įdaru ir g.]	57A	200/50	16,43	20,28	44,85	421,27
Maltas kiaul.kepsnys	55- antr/316	200/40	14,73	28,34	55,74	532,03
Virti bulvės	8- garn/65	100	2,06	0,10	18,85	83,43
Troškintos daržovės asorti	12- garn/398	100	2,96	3,76	6,78	73,23
[vairios salotos[Švedišks stal.]	23/182g	100	3,67	20,06	4,68	205,02
Marinuoti burokėliai	15- sal	100	1,60	0,10	11,00	42,93
Baltasis pieno padažas	1- pad/2	50	1,99	3,35	4,33	55,23
Varškės apkepas su morkom	18/522an	150	19,02	24,00	28,80	404,87

2-savaitė trečiadienis Darbo laikas 6.00 – 14.30 val. Pietūs 10.30 - 14.00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Tech.Nr.	Išėiga	Balt. g.	Rieb. g.	Angl.g.	Kalorijos
Raugintų kopūstų sriuba	7Sr	125/10	0,76	4,05	4,04	54,01
Kiaul.sukt. su paukšt.įd.	12A	100	26,63	17,74	9,77	304,28
Trošk.kiaul.su avinžirniais	4/162	100/100	36,10	21,19	23,41	423,94
Virti griekiai	7- garn/396	100	6,05	5,48	33,27	202,88
Pek.kop. sal.su pom..ir aliejum	3-sal/162	100	1,26	9,24	3,85	96,46
Varšk.-cukin.apk. su raz. ir g.	88/246	200/30	20,74	20,07	29,79	358,12
Baltasis pieno padažas	2- pad/1	50	1,99	3,35	4,33	55,23
Pilno gr.makar.su daržovėm	12A	100/100	9,31	11,63	34,81	271,92

**2-savaitė** ketvirtadienis Darbo laikas 6.00 – 14.30 val. **Pietūs** **10.30 - 14.00** val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Tech.Nr.	Išeiiga	Balt. g.	Rieb. g.	Angl.g.	Kalorijos
Ryžių sriuba su mėsa	1-sr./1	125/7	2,98	5,59	13,32	68,48
Kepti paukštienos gabaliukai	33A	100/60	32,29	8,52	13,79	254,05
<b>Paukšt.kukuliai‘Pūkučiai‘ Sveikatą tausojantis maistas</b>	35A	100	25,42	6,11	4,06	168,97
Virti ryžiai	5- garn/391	100	2,59	4,68	27,65	156,68
Desertinės salotos[su kukurūz.]	23- sal/182	100	1,17	9,24	3,49	108,91
Virti varškėčiai su grietine	83- antr/348	200/30	27,52	14,11	53,70	523,50
Baltasis pieno padažas	2- pad/1	50	1,99	3,35	4,33	55,23
Sveikuoliški morkų kepsneliai	6A	200	3,44	8,46	25,57	172,87

**2- savaitė** penktadienis Darbo laikas 6.00 – 14.30 val. **Pietūs** **10.30 - 14.00** val.

Patiekalo pavadinimas	Rp.Tech.Nr.	Išeiiga	Balt. g.	Rieb. g.	Angl.g.	Kalorijos
Rūgštynių sriuba su v.kiaušiniu	9- sriub/13	125/10/1	1,70	4,83	8,25	83,08
Virtienukai suvarške su grietine	8- antr/341	200/30	23,74	19,50	57,06	495,77
Trošk“Dubysos“ malt.[žuvis] <b>Sveikatą tausojantis maistas</b>	44- antr/305	100/30	16,63	30,91	17,41	410,59
Kiaulienos maltinukai	28A	100	18,33	13,70	18,68	268,34
Sal.“Naujiena“ su al.[burok.,obuol.,svog.]	18- sal/177	100	2,27	10,09	7,33	121,92
Šviežių kopūstų salotos	3- garn/1	70	0,90	6,83	4,00	75,09
Baltasis pieno padažas	1- pad/2	50	1,99	3,35	4,33	55,23
Bulvės virtos	8- garn/65	100	2,06	0,10	18,85	83,43
V.b.-salierų blynėliai su saulėgr	58A	150/30	8,12	14,24	36,06	292,06

Sudarė valgyklos vedėja

Bronislava Saunorienė