

KAUNO DAILĖS GIMNAZIJA.  
DAINAVOS G. 1, KAUNAS

---

(ikimokyklinio, priešmokyklinio ar bendrojo ugdymo programą vykdančios įstaigos ar vaikų stacionarios socialinių paslaugų įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

## **15 DIENŲ VALGIARAŠTIS**

(nurodyti dienų skaičių)

7 – 10 metų

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas  
Nuo 8:00 iki 14:30 val.

**A – augalinis maistas**

**T - tausojantis**

## PIRMA SAVAITĖ

### PIRMADIENIS

Patiekalo pavadinimas	Receptūros nr.	Išėiga gramais
Kvietinių kruopų sriuba su bulvėmis /A/	34	100
Kiaulienos-jautienos maltinukas, keptas konvekciniėje krosnyje /T/	68	50
Bulvių košė	79	50
Morkų salotos su sezamų sėklomis ir alyvuogių aliejumi /A/	205	50
Pilno grūdo duona		40
Sezoniniai vaisiai		

### ANTRADIENIS

Agurkinė sriuba su bulvėmis ir ryžiais /A/	185	100
Grietinė 30 proc.		5
Kepta vištienos filė /T/	312	50
Virti ryžiai /A/	430	50
Šviežių daržovių salotos /a/	181	50
Pilno grūdo duona		40
Sezoniniai vaisiai		

### TREČIADIENIS

Burokėlių sriuba su bulvėmis /A/	89	100
Grietinė 30 proc.		5
Makaronai su vištienos faršu, sūriu /45 proc/ ir troškintomis morkomis su svogūnais/T/	18	50
Pomidorų padažas		10
Sezoninės šviežios daržovės /A/		75
Pilno grūdo duona		40
Sezoniniai vaisiai		

### KETVIRTADIENIS

Makaronų sriuba su bulvėmis ir morkomis / A/	34	100
Kiaulienos kukulis keptas konvekciniėje krosnyje /T/	204	50
Virti griekiai	7/13	50
Kopūstų, morkų salotos su alyvuogių aliejumi /A/	49	50
Pilno grūdo duona		40
Sezoniniai vaisiai		

### PENKTADIENIS

Pieniška makaronų arba ryžių sriuba /A/	1-3	100
Jūros lydekų kotletas keptas konvekciniėje krosnyje /T/	45a	50
Bulvių košė	79	50
Burokėlių salotos su pupelėmis ir alyvuogių aliejumi /A/	12	50
Pilno grūdo duona		40
Sezoniniai vaisiai		

## ANTRA SAVAITĖ

### PIRMADIENIS

Patiekalo pavadinimas	Receptūros nr.	Išėiga gramais
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis /A/	15	100
Grietinė 30 proc.		5
Vištienos kotletas keptas konvekciniėje krosnyje /T/	104	50
Virti griekiai /A/	7/13	50
Morkų salotos su sulėgražomis ir alyvuogių aliejumi /A/	49	50
Duona viso grūdo		40
Sezoniniai vaisiai		

### ANTRADIENIS

Pieniška ryžių kruopų sriuba /A/	160	100
Sviestas 82 proc.		5
Bulvių plokštainis su paukštiena arba žemaičių blynai su mėsa /T/	176	100
Grietinė 30%	14,5	20
Morkų ir agurkų salotos /A/	175	75
Duona viso grūdo		40
Sezoniniai vaisiai		

### TREČIADIENIS

Bulvienė su žirniais /A/	120	100
Lietiniai blynėliai su varške arba varškės blynėliai /T/	81	100
Grietinė 30%	14,5	20
Šviežios sezoninės daržovės /A/		100
Viso grūdo duona		40
Sezoniniai vaisiai		100

### KETVIRTADIENIS

Burokėlių sriuba su pupelėmis /A/	30	100
Grietinė 30%	14,5	5
Troškinta kiauliena /T/	11-5/1001	60
Morkų salotos su saulėgražomis ir pomidorais /A/	203	60
Virti griekiai /A/		60
Viso grūdo duona		40
Sezoniniai vaisiai		

### PENKTADIENIS

Trinta daržovių sriuba su bulvėmis A/	204	100
Jūros lydekos kukulis keptas konvekciniėje krosnyje /T/	71	60
Bulvių košė /A/	79	60
Burokėlių salotos su žirneliais ir alyvuogių aliejumi /A/	129	60
Duona viso grūdo		40
Sezoniniai vaisiai		

## TREČIA SAVAITĖ

### PIRMADIENIS

Patiekalo pavadinimas	Receptūros nr.	Išėiga gramais
Įvairių daržovių sriuba /A/	15	100
Plovas su paukštiena /T/	104	150
Šviežios sezoninės daržovės arba kopūstų ir morkų salotos su citrinos sultimis	7/13	75
Duona viso grūdo		40
Sezoniniai vaisiai		

### ANTRADIENIS

Rūgštynių sriuba bulvėmis ir ryžiais /A/	119	100
Grietinė 30 proc.		5
Balandėlis su pomidorų padažu /T/	418	120/30
Virtos bulvės arba bulvių košė	58	70
Šviežios sezoninės daržovės		70
Duona viso grūdo		40
Sezoniniai vaisiai		

### TREČIADIENIS

Pieniška kvietinių kruopų sriuba /A/	120	100
Konvecinėje krosnyje kepta vištienos blauzdelė /T/	81	60
Virti griekiai /A/	28	60
Burokėlių salotos su aliejumi /A/	96	60
Viso grūdo duona		40
Sezoniniai vaisiai		

### KETVIRTADIENIS

Burokėlių sriuba su bulvėmis /A/	30	100
Grietinė 30 proc.		5
Jūros lydekos filė kepta konvecinėje krosnyje /T/	7/13	60
Morkų ir kopūstų salotos su grietine /A/	203	60
Virti ryžiai /A/	39	60
Viso grūdo duona		40
Sezoniniai vaisiai		

### PENKTADIENIS

Lęšių sriuba su bulvėmis /A/	204	100
Varškės apkepas arba varškės sklindžiai /A/	70	100
Grietinė 30 proc. arba trintos uogos		20
Sezoniniai vaisiai arba daržovės	129	100
Viso grūdo duona		40
Sezoniniai vaisiai		