

UAB „MINVINA“
Girininkų g-vė 6, Kaunas, Įmonės kodas 300107603
Bernardo Brazdžio mokykla
Partizanų g-vė 22

15 dienų perspektyvinis valgiaraštis (6-10 metų vaikams)

Valgiaraštį parengė UAB „MINVINA“ direktorė Vilija Šiušienė


Mokyklos direktorė
Danguolė Deobald






Direktorė
Vilija Šiušienė

1 savaitė: Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g
PUSRYČIAI		
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	3-3/54T	200
Pienas (2.5%)		200
Sezoniniai vaisiai		80
Viso:		
PIETŪS		
Burokėlių sriuba (tausojantis)(augalinis)	1-3/39AT	150
Juoda duona	1š	40
Orkaitėje keptas kiaulienos maltinis(tausojantis)	K003	90
Stalo vanduo		150

Garnyrai

Pavadinimas	Receptūros numeris	Išėiga, g
Pilno grūdo makaronai su sviestu 82%	Gr011	100
Virtos grikių kruopos	Gr013	100
Pekino kopūstų salotos su aliejumi	21š	100
Morkų, obuolių salotos	11š	100

Mokyklos direktorė
Danquolė Deobald




Direktorė
Vilija Šiušienė

1 savaitė: Antradienis

Patiekalas pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g
PUSRYČIAI		
Virti kiaušiniai (tausojantis) su žaliais žirneliais	16š	80
Nesaldintas jogurtas(2,5%)		20
Juoda duona	2š	40
Sezoniniai vaisiai		150
Nesaldinta arbata (juodoji)	G003	150
Viso:		
PIETŪS		
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis)(tausojantis)	1-3/25AT	150
Juoda duona	1š	40
Keptas orkaitėje žuvies (menkė, jūros lydeka) paplotėlis (tausojantis)	9-8/163T	80
Stalo vanduo		200

Garnyrai

Pavadinimas	Receptūros numeris	Išėiga, g
Biri grikių košė su aliejumi	3-3/43AT	100
Bulvių košė	Gr012	100
Šviežių kopūstų salotos	1š	100
Morkų salotos su obuoliais	16š	100



 Mokyklos direktorė
 Danguolė Deobald




 Direktorė
 Vilija Šiušienė

1 savaitė: Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g
PUSRYČIAI		
Pilno grūdo makaronai su fermentiniu (45%)sūriu (tausojantis)	10MV	150/20
Sezoniniai vaisiai		100
Nesaldinta arbata (kinrožių)	G003	150
PIETŪS		
Trinta moliūgų sriuba (augalinis)(tausojantis)	Sr002	150
Juoda duona	1š	40
Vištienos troškiny su daržovėmis(tausojantis)	P008	70/50
Stalo vanduo		150

Garnyrai

Pavadinimas	Receptūros numeris	Išėiga, g
Virti ryžiai su kariu	Gr002	100
Virtos perlinės kruopos	Gr003	100
Burokėlių salotos su žaliais žirneliais	16š	100
Agurkai švieži arba rauginti	31š	100

Mokyklos direktorė
Danguolė Deobalė



Direktorė
Vilija Šiušienė

1 savaitė:Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g
PUSRYČIAI		
Tiršta manų košė su avižų sėlenomis ir vyšniomis (be kauliukų)(tausojantis)	Kr022	200/5/15
Sezoniniai vaisiai		100
Nesaldinta arbata (juodoji)	G003	150
Viso:		
PIETŪS		
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis, cukinija (tausojantis)(augalinis)	1-3/35AT	150
Juoda duona	1š	20
Virtų bulvių cepelinai su kiauliena	D009	115/65
Nesaldintas jogurtas (2.5%)		20
Stalo vanduo		200

Garnyrai

Pavadinimas	Receptūros numeris	Išėiga, g
Miežinių kruopų košė su sviestu(82%)	3-3/30T	100
Perlinių kruopų košė	Gr017	100
Pekino kopūstų salotos su aliejumi	21š	100
Marinuoti burokėliai	14š	100


 Mokyklos direktorė
 Danquolė Deobaldė




 Direktorė
 Vilija Šiušienė

1 savaitė: Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g
PUSRYČIAI		
Pieniška kukurūzų košė su sviestu(82%) (tausojantis)	Kr006	200/5
Sezoniniai vaisiai		100
Nesaldinta arbata(mėtų)	G003	150
Viso:		
PIETŪS		
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr05	150
Juoda duona	1š	40
Kepti garuose vištienos kukuliai su sezamo sėklomis (tausojantis)	10-7/143T	70
Stalo vanduo		150

Garnyrai

Pavadinimas	Receptūros numeris	Išėiga, g
Virtos grikių kruopos	Gr013	100
Virtos bulvės	Gr014	100
Morkų , obuolių salotos	5š	100
Šviežių kopūstų salotos	1š	100



 Mokyklos direktorė
 Danguolė Deobald



 Direktorė
 Vilija Šiušienė

2 savaitė: Pirmadienis

Žaliavos pavadinimas	Rc. Nr.	Išėiga, g
PUSRYČIAI		
Brinkinti griekiai su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)(augalinis)	Kr.027	200
Sezoniniai vaisiai		100
Nesaldinta arbata (arbatžolių)	G.003	150
Viso:		
PIETŪS		
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis)(tausojantis)	1-3/31AT	150
Nesaldintas jogurtas (2.5%)		20
Juoda duona	1Š	40
Orkaitėje keptas kiaulienos kotletas su kviečių sėlenomis (tausojantis)	K002	70
Stalo vanduo		150

Garnyrai

Pavadinimas	Receptūros numeris	Išėiga
Virtos bulvės	Gr014	100
Virtos perlinės kruopos	Gr017	100
Pekino kopūstų salotos su agurkais	21Š	100
Marinuoti burokėliai	14Š	100


 Mokyklos direktorė
 Danguolė Deobald





Direktorė
 Vilija Šiušienė

2 savaitė: Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g
PUSRYČIAI		
Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu(82%)(tausojjantis)	Kr023	200/5
Sezoniniai vaisiai		100
Nesaldinta arbata (juoda)	G003	150
Viso:		
PIETŪS		
Tiršta šviežių kopūstų sriuba (augalinis)(tausojjantis)	1-3/28AT	150
Juoda duona	K001	40
Plovas su (vištiena)(tausojjantis)	P023	100/50
Stalo vanduo		150

Garnyrai

Pavadinimas	Receptūros numeris	Išėiga, g
Keptos su garais šakninės daržovės su saulėgrąžomis	4-7/142AT	100
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi	1š	100
Virti makaronai	Gr010	100
Virtos grikių kruopos	Gr013	100


 Mokyklos direktorė
 Danguolė Deobald





Direktoriė
 Vilija Šiušienė

2 savaitė: Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g
PUSRYČIAI		
Pieniška šešių rūšių kruopų košė su sviestu(82%) ir saulėgrąžomis(tausojantis)	Kr002	200/15/5
Sezoniniai vaisiai		150
Nesaldinta arbata (kmyņu)	G003	150
Viso:		
PIETŪS		
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis)(augalinis)	Sr012	150
Juoda duona	1š	40
Jūros lydekos file kotletas (tausojantis)	Ž013	80
Stalo vanduo		150

Garnyrai

Pavadinimas	Receptūros numeris	Išėiga, g
Virtos bulvės	Gr014	100
Virti griikiai	Gr013	100
Marinuoti burokėliai	14š	100
Rauginti agurkai	31š	100



 Mokyklos direktorė
 Danguolė Deobald





 Direktorė
 Vilija Šiušienė

2 savaitė: Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g
PUSRYČIAI		
Virti kiaušiniai (tausojantis) su žaliais žirneliais	16š	80
Nesaldintas jogurtas (2,5%)		20
Duona juoda	2š	40
Sezoniniai vaisiai		150
Nesaldinta arbata (juoda)	G003	150
PIETŪS		
Pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis)(tausojantis)	š15	150
Juoda duona	1š	40
Cukinių ir bulvių plokštainis	4-8/169	150
Grietinė (20%)		20
Stalo vanduo		150

Garnyrai

Pavadinimas	Receptūros numeris	Išėiga, g
Pekino kopūstų salotos su agurkais ir aliejumi	21š	100
Morkų ir obuolių salotos su (aliejum)	10š	100
Virtos perlinės kruopos	Gr003	100
Kukurūzų kruopų košė	3-3/41T	100


 Mokyklos direktorė
 Danguolė Deobald





Direktorė
 Vilija Šiušienė

2 savaitė: Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g
PUSRYČIAI		
Biri grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis)(augalinis)	111Š	150
Sezoniniai vaisiai		100
Nesaldinta arbata (juoda)	G003	200
Viso:		
PIETŪS		
Burokėlių – kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	Sr014	150
Juoda duona	1Š	40
Orkaitėje keptos paukštienos šlaunelės (tausojantis)	P025	80
Stalo vanduo		150

Garnyrai

Pavadinimas	Receptūros numeris	Išėiga, g
Virti makaronai	GR010	100
Biri grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais	111Š	100
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi	1Š	100
Burokėliai su žaliais žirneliais	16Š	100



 Mokyklos direktorė
 Danquelė Deobald




 Direktorė
 Vilija Šiušienė

3 savaitė:Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g
PUSRYČIAI		
Pieniška 5rūšių kruopų košė su saulėgrąžomis (tausojantis)	Kr019	150/3
Sviestas(82%)		5
Sezoniniai vaisiai		50
Nesaldinta arbata (mėtų)	G003	200
Viso:		
PIETŪS		
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis)(augalinis)	Sr011	150
Juoda duona	1š	40
Orkaitėje keptas a/r miltuose paniruotas vištienos maltinukas(tausojantis)	P011	90
Stalo vanduo		150

Garnyrai

Pavadinimas	Receptūros numeris	Išėiga, g
Virtos bulvės	Gr014	100
Virtos perlinės kruopos	Gr017	100
Šviežių kopūstų salotos	1š	100
Virtų burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi	2-3/63A	100

Mokyklos direktorė
Danguolė Deobald



Direktorė
Vilija Šiušienė

3 savaitė: Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g
PUSRYČIAI		
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su obuoliais, cinamonu, aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/31AT	150
Sezoniniai vaisiai		150
Pienas (2,5%)		200
Viso:		
PIETŪS		
Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis)	Sr004	150
Grietinė (30%)	3š	5
Juoda duona	1š	20
Žemaičių blynai su kiauliena	D011	130/40
Naturalus jogurtas (2.5%)		20
Stalo vanduo		150

Garnyrai

Pavadinimas	Receptūros numeris	Išėiga, g
Pekino kopūstai	D000.2	100
Morkų salotos su aliejum	2-1/12	100
Virti griekiai	Gr013	100
Virti makaronai	Gr011	100


 Mokyklos direktorė
 Danguolė Deobaitė




 Direktorė
 Vilija Šiušienė

3savaitė: Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g
PUSRYČIAI		
Tiršta ryžių kr. košė (tausojantis)	91Š	200
Pienas (2,5%)		150
Sezoniniai vasiai		50
Viso:		
PIETŪS		
Trinta daržovių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr011	150
Juoda duona	1š	40
Karališki balandėliai (tausojantis)	61Š	80
Stalo vanduo		150

Garnyrai

Pavadinimas	Receptūros numeris	Išėiga, g
Virti ryžiai su kariu	Gr002	100
Virti griekiai	Gr013	100
Cukinių, morkų ir agurkų salotos	2-1/16A	100
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi	1š	100


 Mokyklės direktorė
 Danguolė Deobald





Direktorė
 Vilija Šiušienė

3 savaitė: Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g
PUSRYČIAI		
Omletas nat.(tausojantis)	8-8/162T	100
Duona	Š1	40
Agurkas		20
Sezoniniai vaisiai		50
Nesaldinta arbata(juoda)		200
VIŠO:		
PIETŪS		
Žirnių sriuba (tausojantis)(augalinis)	Sr015	150
Juoda duona	1š	40
Orkaitėje kepti menkių file paplotėliai su grikių sėlenomis (tausojantis)	Ž002	80
Stalo vanduo		150

Garnyrai

Pavadinimas	Receptūros numeris	Išėiga, g
Virtos grikių kruopos	Gr013	100
Virtos bulvės	Gr014	100
Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi	2-1/4A	100
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi	2-3/63A	100

Mokyklos direktorė
Danquelė Deobald




Dirktorė
Vilija Šiušienė

3 savaitė: Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g
PUSRYČIAI		
Virti makaronai su sviesto grietinės padažu(tausojantis)	Š6	200/20
Sezoniniai vaisiai		100
Nesaldinta arbata	G003	150
PIETŪS		
Bulvių sriuba su mėsos(vištenos) kukuliais (tausojantis)	16Š	150/18
Nesaldintas jogurtas		15
Juoda duona	1Š	40
Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (morkos, bulvės, žirneliai, kopūstai) troškiny (tausojantis)	10-5/101T	100/50
Stalo vanduo		200

Garnyrai

Pavadinimas	Receptūros numeris	Išėiga, g
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su aliejumi	1/7A	100
Morkų salotos su aliejumi	10Š	100
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais	3-5/105AT	100
Miežinių kruopų košė su sviestu (82%)	3-3/30T	100


 Mokyklos direktorė
 Danguolė Deobald





Direktorė
 Vilija Šiušienė