

Maitinimo paslaugas teikia J. Svilčiauskaitės įmonė „Folgenda“

Pramonės pr. 16E, Kaunas, įmonės kodas 235006730

Kauno Petrašiūnų progimnazija

M. Gimbutienės g. 9, Kaunas

(įstaigos pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(6-10 metų mokiniams)

Valgiaraštį parengė J. Svilčiauskaitės įmonė „Folgenda“
savininkė Jolita Gedminienė

SUDERINTA:
Kauno Petrašiūnų progimnazijos
direktorė Antanina Džiugienė

1 savaitė: Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur
PIETŪS			
Burokėlių sriuba (tausojantis) (augalinis)	1-3/39AT	150	0,27
Juoda duona	1š	40	0,07
Virtos pieniškos vištienos dešrelės (tausojantis)		65	0,36
Stalo vanduo		150	
Iš viso:			0,70

Garnyrai

Pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur	Pastabos
Pilno grūdo makaronai su sviestu 82% (tausojantis)	Gr011	100	0,30	vienas iš jų
Virtos grikių kruopos (tausojantis) (augalinis)	Gr013	100	0,31	
Pekino kopūstų salotos su aliejumi	21š	100	0,36	vienas iš jų
Morkų, obuolių salotos	11š	100	0,36	
Iš viso:			0,66	viena iš jų
			0,67	

Iš viso pietų kaina: 1,36 Eur arba 1,37 Eur

1 savaitė: Antradienis

Patiekalas pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur
PIETŪS			
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/25AT	150	0,27
Juoda duona	1Š	40	0,07
Keptas orkaitėje žuvies (menkė, jūros lydeka) paplotėlis (tausojantis)	9-8/163T	80	0,54
Stalo vanduo		200	
Iš viso:			0,88

Garnyrai

Pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur	Pastabos
Biri grikių košė su aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/43AT	100	0,31	vienas iš jų
Bulvių košė (tausojantis)	Gr012	100	0,34	
Šviežių kopūstų salotos	1Š	100	0,36	vienas iš jų
Morkų salotos su obuoliais	16Š	100	0,36	
Iš viso:			0,67	viena iš jų
			0,70	

Iš viso pietų kaina: 1,55 Eur arba 1,58 Eur

1 savaitė: Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur
PIETŪS			
Rūgštynių sriuba (augalinis) (tausojantis)	Sr007	150	0,27
Juoda duona	1š	40	0,07
Vištienos troškiny su daržovėmis (tausojantis)	P008	70/50	0,64
Stalo vanduo		150	
Iš viso:			0,98

Garnyrai

Pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur	Pastabos
Virti ryžiai su kariu (augalinis) (tausojantis)	Gr002	100	0,31	vienas iš jų
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	Gr003	100	0,31	
Burokėlių salotos su žaliais žirneliais	16š	100	0,36	vienas iš jų
Agurkai rauginti	18/22 4	100	0,34	
Iš viso:			0,67	viena iš jų
			0,65	

Iš viso pietų kaina: 1,65 Eur arba 1,63 Eur

1 savaitė: Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur
PIETŪS			
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis, cukinija (tausojantis)(augalinis)	1-3/35AT	150	0,27
Juoda duona	1š	20	0,07
Virtų bulvių cepelinai su kiauliena	D009	125/25	0,49
Grietinė (20 %)		20	0,10
Stalo vanduo		200	
Iš viso:			0,93

Garnyrai

Pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur	Pastabos
Pekino kopūstų salotos su aliejumi	21š	100	0,36	vienas iš jų
Marinuotų burokėlių salotos	87/81	100	0,36	
Iš viso:			0,36	

Iš viso pietų kaina: 1,29 Eur

1 savaitė: Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur
PIETŪS			
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr05	150	0,27
Juoda duona	1š	40	0,07
Kepti garuose vištienos kukuliai su sezamo sėklomis (tausojantis)	10-7/143T	70	0,41
Stalo vanduo		150	
Iš viso:			0,75

Garnyrai

Pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur	Pastabos
Virtos grikių kruopos (augalinis) (tausojantis)	Gr011	100	0,31	vienas iš jų
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	Gr014	100	0,34	
Morkų, obuolių salotos	5š	100	0,36	vienas iš jų
Šviežių kopūstų salotos	1š	100	0,36	
Iš viso:			0,67	viena iš jų
			0,70	

Iš viso pietų kaina: 1,42 Eur arba 1,45 Eur

2 savaitė: Pirmadienis

Žaliavos pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Kaina, Eur
PIETŪS			
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis, brokoliais (augalinis) (tausojantis)	1-3/31AT	150	0,27
Juoda duona	1š	40	0,07
Orkaitėje keptas kiaulienos kotletas su kviečių sėlenomis (tausojantis)	K002	70	0,39
Stalo vanduo		150	
Iš viso:			0,73

Garnyrai

Pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Kaina, Eur	Pastabos
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	Gr014	100	0,34	vienas iš jų
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	Gr017	100	0,31	
Pekino kopūstų salotos su agurkais	21š	100	0,36	vienas iš jų
Marinuotų burokėlių salotos	87/81	100	0,36	
Iš viso:			0,70	viena iš jų
			0,67	

Iš viso pietų kaina: 1,43 Eur arba 1,40 Eur

2 savaitė: Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur
PIETŪS			
Tiršta šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/28AT	150	0,27
Juoda duona	K001	40	0,07
Plovas su vištiena (tausojantis)	P023	100/50	0,83
Stalo vanduo		150	
Iš viso:			1,17

Garnyrai

Pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur	Pastabos
Keptos garuose šakninės daržovės su saulėgrąžomis (augalinis) (tausojantis)	4-7/142AT	100	0,45	vienas iš jų
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi	1š	100	0,36	
Iš viso:			0,45	viena iš jų
			0,36	

Iš viso pietų kaina: 1,62 Eur arba 1,53 Eur

2 savaitė: Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur
PIETŪS			
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	Sr012	150	0,27
Juoda duona	1š	40	0,07
Jūros lydekos file kotletas (tausojantis)	Ž013	80	0,54
Stalo vanduo		150	
Iš viso:			0,88

Garnyrai

Pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur	Pastabos
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	Gr014	100	0,34	vienas iš jų
Virti griekiai (augalinis) (tausojantis)	Gr013	100	0,31	
Marinuotų burokėlių salotos	87/81	100	0,36	vienas iš jų
Rauginti agurkai	18/22 4	100	0,34	
Iš viso:			0,70	viena iš jų
			0,68	
			0,67	
			0,65	

Iš viso pietų kaina: 1,58 Eur, arba 1,56 Eur, arba 1,55 Eur, arba 1,53 Eur.

2 savaitė: Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur
PIETŪS			
Pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	Š15	150	0,27
Juoda duona	1š	40	0,07
Cukinių ir bulvių plokštainis	4-8/169	150	0,62
Grietinė (20%)		20	0,10
Obuolys		100	0,31
Stalo vanduo		150	
Iš viso:			1,37

Garnyrai

Pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur	Pastabos
Pekino kopūstų salotos su agurkais ir aliejumi	21š	100	0,36	vienas iš jų
Morkų ir obuolių salotos su aliejumi	10š	100	0,36	
Iš viso:			0,36	

Iš viso pietų kaina: 1,73 Eur

2 savaitė: Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur
PIETŪS			
Burokėlių – kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr014	150	0,27
Juoda duona	1š	40	0,07
Orkaitėje keptos paukštienos šlaunelės (tausojantis)	P025	80	0,53
Stalo vanduo		150	
Iš viso:			0,87

Garnyrai

Pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur	Pastabos
Virti makaronai (tausojantis)	GR010	100	0,30	vienas iš jų
Biri grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	111š	100	0,31	
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi	1š	100	0,36	vienas iš jų
Burokėliai su žaliais žirneliais	16š	100	0,36	
Iš viso:			0,66	viena iš jų
			0,67	

Iš viso pietų kaina: 1,53 Eur arba 1,54 Eur

3 savaitė: Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur
PIETŪS			
Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr011	150	0,27
Juoda duona	1š	40	0,07
Orkaitėje keptas a/r miltuose paniruotas vištienos maltinukas (tausojantis)	P011	90	0,52
Stalo vanduo		150	
Iš viso:			0,86

Garnyrai

Pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur	Pastabos
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	Gr014	100	0,34	vienas iš jų
Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)	Gr017	100	0,31	
Šviežių kopūstų salotos	1š	100	0,36	vienas iš jų
Virtų burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi	2-3/63A	100	0,36	
Iš viso:			0,70	viena iš jų
			0,67	

Iš viso pietų kaina: 1,56 Eur arba 1,53 Eur

3 savaitė: Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur
PIETŪS			
Barščių sriuba su pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	Sr004	150	0,27
Grietinė (30%)	3š	5	0,02
Juoda duona	1š	20	0,07
Žemaičių blynai su kiauliena	D011	130/40	0,56
Grietinė (20 %)		20	0,10
Obuolys		100	0,31
Stalo vanduo		150	
Iš viso:			1,33

Garnyrai

Pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur	Pastabos
Pekino kopūstai	D000.2	100	0,30	vienas iš jų
Morkų salotos su aliejumi	2-1/12	100	0,36	
Iš viso:			0,30	viena iš jų
			0,36	

Iš viso pietų kaina: 1,63 Eur arba 1,69 Eur

3 savaitė: Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur
PIETŪS			
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	Sr025	150	0,22
Juoda duona	1š	40	0,07
Karališki balandėliai (kiauliena) (tausojantis)	61š	80	0,37
Stalo vanduo		150	
Iš viso:			0,66

Garnyrai

Pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur	Pastabos
Virti ryžiai su kariu (tausojantis) (augalinis)	Gr002	100	0,31	vienas iš jų
Virti griekiai (tausojantis) (augalinis)	Gr013	100	0,31	
Cukinių, morkų ir agurkų salotos	2-1/16A	100	0,36	vienas iš jų
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi	1š	100	0,36	
Iš viso:			0,67	

Iš viso pietų kaina: 1,33 Eur

3 savaitė: Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur
PIETŪS			
Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	Sr015	150	0,27
Juoda duona	1š	40	0,07
Orkaitėje kepti menkių filė paplotėliai su grikių sėlenomis (tausojantis)	Ž002	80	0,57
Stalo vanduo		150	
Iš viso:			0,91

Garnyrai

Pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Kaina, Eur	Pastabos
Virtos grikių kruopos (augalinis) (tausojantis)	Gr013	100	0,31	vienas iš jų
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	Gr014	100	0,34	
Morkų ir kopūstų salotos su aliejumi	2-1/4A	100	0,36	vienas iš jų
Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejumi	2-3/63A	100	0,36	
Iš viso:			0,67	viena iš jų
			0,70	

Iš viso pietų kaina: 1,58 Eur arba 1,61 Eur

3 savaitė: Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Kaina, Eur
PIETŪS			
Bulvių sriuba su mėsos (vištienos) kukuliais (tausojantis)	16Š	150/18	0,27
Juoda duona	1Š	40	0,07
Virti varškėčiai	7-3/60T	150/30	0,85
Obuolys		100	0,31
Stalo vanduo		200	
Iš viso:			1,50

Garnyrai

Pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Kaina, Eur	Pastabos
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su aliejumi	1/7A	100	0,36	vienas iš jų
Morkų salotos su aliejumi	10Š	100	0,36	
Iš viso:			0,36	

Iš viso pietų kaina: 1,86 Eur