

PERSPEKTYVINIS

VALGIARAŠTIS

2017m.-2018m.

SOCIALIAI REMTINŲ MOKINIŲ MAITINIMO PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis sudarytas remiantis pietų patiekalų receptūrų pavyzdžiais,
pateiktais interneto svetainėje www.smlpc.lt

Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga
Ankštinių daržovių sriuba su bulvėmis Pilno grūdo duona	SR16	250/10/20
Makaronai su Bolonijos padažu G.B.VIRIMAS	A66	150/100
Daržovės arba daržovių salotos	S	50
Vanduo su citrina	G	200
Vaisiai	V	50

Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga
Barščių sriuba su bulvėmis Pilno grūdo duona	SR1	250/10/20
Malti vištienos voleliai su morkomis G.B.TROŠKINIMAS	A13	75/20
Virtos bulvės	G1	50
Šv. daržovių salotos	S	50
Vanduo su citrina	G	200
Vaisiai	V	50

Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga
Ryžių kruopų sriuba su bulvėmis Pilno grūdo duona	SR13	250/10/20
Bulvių plokštainis G.B.KEPIMAS ORKAITĖJE	A48	150
Grietinė	P14	30
Daržovės arba daržovių salotos	S	50
Vanduo su citrina	G	200
Vaisiai	V	50

Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga
Špinatų sriuba Pilno grūdo duona	SR10	250/10/20
Plovas su vištiena G.B. TROŠKINIMAS	A3	75/75
Šv.daržovių salotos	S5	50
Vanduo su citrina	G	200
Vaisiai	V	50

Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga, g
Bulvių sriuba su mėsos kukulaičiais Pilno grūdo duona	SR17	250/10/20
Virti varškėčiai G.B.VIRIMAS	A83	200
Grietinė	P14	30
Vanduo su citrina		200
Daržovės arba daržovių salotos	S	50
Vaisiai	V	50

Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga
Špinatų sriuba Pilno grūdo duona	SR10	250/10/20
Troškinta vištienos blauzdelė G.B.TROŠKINIMAS	A34	75
Virti makaronai	GR8	50
Šv.daržovių salotos su aliejaus užpilu	S	50
Vanduo su citrina	GR9	200
Vaisiai	V	50

Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga
Ryžių kruopų sriuba su bulvėmis Pilno grūdo duona	SR13	250/10/20
Varškės kukulaičiai G.B.VIRIMAS	A89	150
Grietinė	P	30
Vanduo su citrina	G	200
Daržovės arba daržovių salotos	S	50
Vaisiai	V	50

Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga
Perlinių kr.sriuba su bulvėmis Pilno grūdo duona	SR13	250/10/20
Daržovių troškiny su vištiena G.B.TROŠKINIMAS	A2	75/75
Šv.daržovių salotos su aliejaus užpilu	S	50
Vanduo su citrina	G	200
Vaisiai	V	50

Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga
Kopūstų sriuba Pilno grūdo duona	SR5	250/10/20
Paukštienos pukučiai G.B.KEPIMAS ORKAITĖJE	A38	75
Bulvių košė	G1	50
Šv.daržovių salotos su aliejaus užpilu	S	50
Vanduo su citrina	G	200
Vaisiai	V	50

Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga
Ankštinių daržovių sriuba su bulvėmis Pilno grūdo duona	SR16	250/10/20
Makaronai su sv.ir ferm.sūriu G.B.VIRIMAS	A66/1	150/30
Daržovės arba daržovių salotos	S	50
Vanduo su citrina	G	200
Vaisiai	V	50

Pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga
Ankštinių daržovių sriuba Pilno grūdo duona	SR16	250/10/20
Plovas su vištiena G.B. TROŠKINIMAS	A3	75/75
Šv.daržovių salotos su aliejaus užpilu	S	50
Vanduo su citrina	G	200
Vaisiai	V	50

Antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga
Barščiai su bulvėmis Pilno grūdo duona	SR 1	250/10/20
Žemaičių blynas su mėsa G.B.KEPIMAS ORKAITĖJE	A57	100
Grietinė	P	30
Vanduo su citrina	G	200
Daržovių salotos arba daržovės	S	50
Vaisiai	V	50

Trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga
Sriuba su makaronais Pilno grūdo duona	SR15	250/10/20
Varškės apkepas G.B.KEPIMAS ORKAITĖJE	A85	150
Grietinė/ uogienė	P4/P5	35
Vanduo su citrina	G	200
Daržovių salotos arba daržovės	S	50
Vaisiai	V	50

Ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga
Šv.kopūstų sriuba Pilno grūdo duona	SR5	250/10/20
Kepta žuvis G.B.KEPIMAS ORKAITĖJE	A41	50
Bulvių košė	G2	50
Šv.daržovės su aliejaus užpilu	S	50
Vanduo su citrina	G	200
Vaisiai	V	50

Penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp.Nr.	Išeiiga
Šv.daržovių sriuba Pilno grūdo duona	SR12	250/10/20
Paukštienos kepinukai G.B.KEPIMAS ORKAITĖJE	A35	75
Vanduo su citrina	G	200
Šv.daržovių salotos	S	50
Vaisiai	V	50