

UAB "Slėnis LT" 2023 M.

PAKUONIO MOKYKLOS VAIKŲ 15 DIENŲ PIETŲ PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

2 savaitė		Rp.Nr	6-10 metų	11 m. ir vyresni
PIRMADIENIS	I variantas		Išėiga, g	Išėiga, g
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)		SR-67/ABDM/SR-14	100	150
Pilno grūdo ruginė duona		UŽK-8A	20	20
Kiaulienos kepsnys su kmynais (tausojantis) (keptas su garais)		KMP-39E/ABDM/A-17A/2	75	100
Biri grikių košė su aliejumi (augalinis) (tausojantis)		GAR-27B	80	100
Sv.kopūstų, morkų ir obuolių salotos su šalto spaudimo saulėgrąžų aliejumi (augalinis)		SAL-19B	80	100
Vanduo su citrina		GĖR-1B/17-1	200	200
Vaisiai		VNT-1/VS-1	100	100
II variantas				
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)		SR-67/ABDM/SR-14	100	150
Pilno grūdo ruginė duona		UŽK-8A	20	20
Mieliniai blynai		67	150	200
Grietinė (30%)		PAD-11	10	10
Trintos uogos		PAD-1B/P-14A	20	20
Morkų lazdelės (augalinis)		SAL-85B	80	100
Vanduo su citrina		GĖR-1B/17-1	200	200
Vaisiai		VNT-1/VS-1	100	100

ANTRADIENIS		Rp. Nr.	6-10 metų	11 m. ir vyresni
I variantas			Išėiga, g	Išėiga, g
Žiedinių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis)		SR-37/ABDM/SR-19	100	150
Pilno grūdo ruginė duona		UŽK-8A	20	20
Kiaulienos troškiny su ryžiais (tausojantis)		KRUOP-40D	40/160	60/190
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis, raugintais agurkais ir šalto spaudimo saulėgrąžų aliejumi (augalinis)		SAL-20B	80	100
Vanduo su citrina		GĖR-1B/17-1	200	200
Vaisiai		VNT-1/VS-1	100	100
II variantas				
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)		SR-67/ABDM/SR-14	100	150
Pilno grūdo ruginė duona		UŽK-8A	20	20
Virtų bulvių blynai su kiauliena (keptas)		DRŽP-32A	150	250
Grietinė (30%)		PAD-11B/PD-14	20	20
Daržovių lazdelių mix		SAL-202	80	100
Vanduo su citrina		GĖR-1B/17-1	200	200
Vaisiai		VNT-1/VS-1	100	100

TREČIADIENIS		Rp. Nr.	6-10 metų	11 m. ir vyresni
I variantas			Išėiga, g	Išėiga, g
Burokėlių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)		SR-1	100	150
Pilno grūdo ruginė duona		UŽK-8A	20	20
Kepti vištienos gabaliukai su svogūnais, pomidorų padažu (tausojantis) (keptas su garais)		KMP-140A/ABDM/A-34	75/15/15	100/20/20
Biri ryžių košė su aliejumi (tausojantis)		GAR-16A	80	100
Pekininių kopūstų salotos su morkomis ir aliejumi (augalinis)		SAL-104A	80	100
Vanduo su citrina		GĖR-1B/17-1	200	200
Vaisiai		VNT-1/VS-1	100	100
II variantas				
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)		SR-79/ABDM/SR-2	100	150
Pilno grūdo ruginė duona		UŽK-8A	20	20
Lietiniai blynai su varške (0,5%) (keptas)		MLT-11C/ABDM-70A	105/75	105/75
Grietinė (30%)		PAD-11	10	10
Trintos uogos		PAD-1B/P-14A	20	20
Geriamasis trintų vaisių ir daržovių kokteilis		GĖR-28B	200	200

2 savaitė			
KETVIRTADIENIS I variantas	Rp. Nr.	6-10 metų	11 m. ir vyresni
		Išeiga, g	Išeiga, g
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-6	100	150
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8A	20	20
Varškės (9%) apkepas (tausojantis) (keptas su garais)	DRŽP-63A	150	180
Grietinė (30%)	PAD-11	10	10
Trintos uogos	PAD-1B/P-14A	20	20
Morkų lazdelės (augalinis)	SAL-85B	80	100
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	200
Vaisiai	VNT-1/VS-1	100	100
II variantas			
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	SR-6	100	150
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8A	20	20
Kepta vištienos filė (keptas/troškintas) (tausojantis)	KMP-46A	70	100
Biri ryžių košė su aliejumi (tausojantis)	GAR-16A	80	100
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	SAL-18B	80	100
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	200
Vaisiai	VNT-1/VS-1	100	100

PENKTADIENIS I variantas	Rp. Nr.	6-10 metų	11 m. ir vyresni
		Išeiga, g	Išeiga, g
Bulvienė su kruopomis (augalinis) (tausojantis)	SR-66/MMV83	100	150
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8A	20	20
Vištienos kukulis su morkomis (tausojantis)	KMP-1A	70	100
Biri grikių košė su aliejumi (augalinis) (tausojantis)	GAR-27B	80	100
Morkų salotos su saulėgrąžomis ir šalto spaudimo saulėgrąžų aliejumi (augalinis)	SAL-112B	80	100
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	200
Vaisiai	VNT-1/VS-1	100	100
II variantas			
Bulvienė su kruopomis (augalinis) (tausojantis)	SR-66/MMV83	100	150
Pilno grūdo ruginė duona	UŽK-8A	20	20
Kepta su garais lydeka su žolelėmis (tausojantis)	ŽUVP-7A	70	100
Bulvių košė su sviestu (82%) (tausojantis)	DRŽP-86A	80	100
Virtų burokėlių salotos su žaliaisiais žirneliais, aliejaus padažu	SAL-36B	80	100
Vanduo su citrina	GĖR-1B/17-1	200	200
Vaisiai	VNT-1/VS-1	100	100