

UAB "Slėnis LT" 2023 m.

PAKUONIO MOKYKLOS VAIKŲ 15 DIENŲ PIETŲ PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

3 savaitė		Rp.Nr.	6-10 metų	11 m. ir vyresni
PIRMADIENIS I variantas			Išėiga, g	Išėiga, g
Pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)		SR-34	100	150
Pilno grūdo ruginė duona		UŽK-8A	20	20
Vištienos ir daržovių troškiny (bulvės,svogūnai,morkos) (tausojantis)		KMP-22E/A-2	70/130	70/130
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)		SALB-18	80	100
Vanduo su citrina		GĖR-1B/17-1	200	200
Vaisiai		VNT-1/VS-1	100	100
II variantas				
Pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)		SR-34	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

ANTRADIENIS I variantas		Rp. Nr.	6-10 metų	11 m. ir vyresni
			Išėiga, g	Išėiga, g
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)		SR-79/ABDM/SR-2	100	150
Pilno grūdo ruginė duona		UŽK-8A	20	20
Kepti varškėčiai (9%) su viso grūdo kvietiniais miltais (tausojantis)		VRŠP-9C	150	170
Grietinė (30%)		PAD-11	10	20
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				
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)		SR-79/ABDM/SR-2	100	150
Pilno grūdo ruginė duona		UŽK-8A	20	20
Vištienos kepinukai (tausojantis) (keptas su garais)		KMP-48D	80	100
Virti makaronai (tausojantis)		GAR-21A/GAR-8	80	100
Kopūstų, pomidorų ir agurkų salotos su šalto spaudimo saulėgrąžų aliejumi (augalinis)		SAL-6B	80	100
Vanduo su citrina		GĖR-1B/17-1	200	200
Vaisiai		VNT-1/VS-1	100	100

TREČIADIENIS I variantas		Rp. Nr.	6-10 metų	11 m. ir vyresni
			Išėiga, g	Išėiga, g
Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis, morkomis, pomidorais (augalinis) (tausojantis)		SR-10	100	150
Pilno grūdo ruginė duona		UŽK-8A	20	20
Kiaulienos troškiny su ryžiais (tausojantis)		KRUOP-40D	40/160	60/190
Marinuoti agurkai (augalinis)		SAL-56C/ABDM/SAL-45	80	100
Vanduo su citrina		GĖR-1B/17-1	200	200
Vaisiai		VNT-1/VS-1	100	100
II variantas				
Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis, morkomis, pomidorais (augalinis) (tausojantis)		SR-10	100	150
Pilno grūdo ruginė duona		UŽK-8A	20	20
Kaimiški blynai (miltiniai blynai su varške)		76	150	200
Grietinė (30%)		PAD-11	10	10
Trintos uogos		PAD-1B/P-14A	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

3 savaitė			
KETVIRTADIENIS	I variantas	Rp. Nr.	6-10 metų
			Išeiga, g
			11 m. ir vyresni
			Išeiga, g
Tiršta perlinių kr.sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojantis)		SR-13	100
Pilno grūdo ruginė duona		UŽK-8A	20
Kepta vištienos filė (keptas/troškintas) (tausojantis)		KMP-46A	70
Biri ryžių košė su aliejumi (tausojantis)		GAR-16A	80
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)		SALB-18	80
Vanduo su citrina		GĖR-1B/17-1	200
Vaisiai		VNT-1/VS-1	100
II variantas			
Tiršta perlinių kr.sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojantis)		SR-13	100
Pilno grūdo ruginė duona		UŽK-8A	20
Varškės (9%) kukulaičiai su bulvėmis (virtas) (tausojantis)		VRŠP-15D	180
Grietinė (30%)		PAD-11B/PD-14	20
Morkų lazdelės (augalinis)		SAL-85B	80
Vanduo su citrina		GĖR-1B/17-1	200
Vaisiai		VNT-1/VS-1	100

PENKTADIENIS	I variantas	Rp. Nr.	6-10 metų
			Išeiga, g
			11 m. ir vyresni
			Išeiga, g
Trinta šparaginių pupelių sriuba (tausojantis)		SR-55/DM/SR-1	100
Pilno grūdo ruginė duona		UŽK-8A	20
Kepta lydekės filė (keptas)		ŽUVP-30C/MMV312	75
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)		GAR-15A/GAR-1	80
Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)		SAL-22B	80
Vanduo su citrina		GĖR-1B/17-1	200
Vaisiai		VNT-1/VS-1	100
II variantas			
Trinta šparaginių pupelių sriuba (tausojantis)		SR-55/DM/SR-1	100
Pilno grūdo ruginė duona		UŽK-8A	20
Kiaulienos kepsnys su kmynais (tausojantis) (keptas su garais)		KMP-39E/ABDM/A-17A/2	75
Perlinių kruopų košė (tausojantis)		GAR-4A	80
Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)		SAL-22B	80
Vanduo su citrina		GĖR-1B/17-1	200
Vaisiai		VNT-1/VS-1	100