

## 15\_ DIENŲ MOKAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą  
Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ

### **1sav. pirmadienis**

#### **Siūloma sriuba:**

Šviežių kopūstų sriuba (150g.) (A) (T) (Nr.SR005)

#### **Siūlomi karšti patiekalai:**

Kiaulienos kepsnys (100g.) (AL) (Nr.11-5/101TN 1)

Kiaulienos guliašas (130g.(80/25/25)) (AL) (T) (Nr.10-5/112TNJ 2)

Makaronai su malta jautiena (180/80g) (AL) (T) (Nr. L10)

Kiaulienos-jautienos kukuliai (120g.) (AL) (T) (Nr. K005)

Žiedinių kopūstų ir ryžių trošk. su grietinėle (200g.) (AL) (T) (Nr. 4-5/107T 3)

#### **Siūlomas karštas garnyras:**

Griekiai (100g.) (A) (T) (Nr. Gr013)

Bulvių košė; (120g.) (A) (T) (AL) (Nr. Gr012)

#### **Siūlomas daržovių garnyras:**

Sezoninės daržovės (60/60g.) (A) (Nr. 18/25 2)

Kopūstų salotos (110g.) (A) (Nr. 2-1/19A 3)

#### **Galimi priedai:**

Gietinė (20g.) (AL)

Padažas (20g.) (AL)

Duona (20g.) (AL)

#### **Gėrimas:**

Vanduo su citrina (200g.)

Pietums siūlome vieną pateiktą sriubą, vieną pasirenkamą karštą patiekalą iš 5 galimų, pasirenkamą karštą garnyrą ir daržovių garnyrą bei galimą priedą.

#### **Žymėjimo reikšmės:**

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojantis patiekalas;

(AL)-patiekalas turintis alergenų (dėl alergenų teirautis prieš perkant patiekalą)

## 15\_ DIENŲ MOKAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą  
Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ

### **1sav. antradienis**

#### **Siūloma sriuba:**

Avinžirnių sriuba (150g.) (A) (T) (Nr. Sr001)

#### **Siūlomi karšti patiekalai:**

Vištienos kepsnelis (100g.) (AL) (Nr. 10/8/161TN 1)

Mėsos-daržovių troškiny (100/100g.) (AL) (T) (Nr.2)

Jautienos kukulaičiai(100g.) (AL) (T) (Nr.12-7/141TN 10)

Varškės ir sorų apkepas (170g.) (AL) (T) (Nr. 7-8/162T 5)

Mieliniai blynai (200g.) (AL) (Nr. 68)

#### **Siūlomas karštas garnyras:**

Ryžiai (100g.) (A) (T) (Nr.3-3/36ATR 2)

Bulvių košė su ciberžole ir krapais (120g.) (A) (T) (AL) (Nr.Gr012)

#### **Siūlomas daržovių garnyras:**

Morkų-obuolių salotos.(100g.) (A) (Nr.2-1/12 3)

Kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais (100g.)(A) (Nr.2-1/12 7)

#### **Galimi priedai:**

Gietinė (20g.) (AL)

Uogienė (20g.) (A)

Padažas (20g.) (AL)

Duona (20g.) (AL)

#### **Gėrimas:**

Vanduo su citrina (200g.)

Pietums siūlome vieną pateiktą sriubą, vieną pasirenkamą karštą patiekalą iš 5 galimų, pasirenkamą karštą garnyrą ir daržovių garnyrą bei galimą priedą.

#### **Žymėjimo reikšmės:**

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojantis patiekalas;

(AL)-patiekalas turintis alergenu (dėl alergenu teirautis prieš perkant patiekalą)

## 15\_ DIENŲ MOKAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą  
Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ

### **1sav. trečiadienis**

#### **Siūloma sriuba:**

Trinta moliūgų sriuba (150g.) (A) (T) (Nr. Sr002)

#### **Siūlomi karšti patiekalai:**

Kiaulienos suktinukas (110g.) (AL) (Nr.1-5/101TN 1)

Vištienos guliašas (130g.(80/25/25)) (AL) (T) (Nr.10-5/112TNJ 1)

Plovas su vištiena(220g.(147/73)) (T) (Nr. P023)

Jautienos maltinis (100g.) (AL) (T) (Nr.12-7/141TN 2)

Bulvių plokštainis (200g.) (AL) (Nr.4-8/160TN 1)

#### **Siūlomas karštas garnyras:**

Perlinis kuskusas (100g.) (A) (AL) (T) (Nr. Gr003)

Bulvių košė su morkomis (120g.) (A) (T) (AL) (Nr.Gr012)

#### **Siūlomas daržovių garnyras:**

Sezoninės daržovės (60/60g.) (A) (Nr. 18/25 2)

Pekino kopūstų salotos su agurkais ir obuoliais (100g.) (A) (NR.2-1/7A 6)

#### **Galimi priedai:**

Gietinė (20g.) (AL)

Padažas (20g.) (AL)

Duona (20g.) (AL)

#### **Gėrimas:**

Vanduo su citrina (200g.)

Pietums siūlome vieną pateiktą sriubą, vieną pasirenkamą karštą patiekalą iš 5 galimų, pasirekamą karštą garnyrą ir daržovių garnyrą bei galimą priedą.

#### **Žymėjimo reikšmės:**

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojantis patiekalas;

(AL)-patiekalas turintis alergenų (dėl alergenų teirautis prieš perkant patiekalą)

## 15\_ DIENŲ MOKAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą  
Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ

### **1sav. ketvirtadienis**

#### **Siūloma sriuba:**

Žirnių sriuba (150g.) (A) (T) (Nr. Sr015)

#### **Siūlomi karšti patiekalai:**

Vištiena saldžiarūgščiame padaže (70/40g.) (AL) (T) (nr. P31.1)

Vištienos kukuliai su sezamo sėklomis (120g.(60/60)) (AL) (T) (Nr.10-7/143TN 5)

Kiaulienos maltinukas su kviečių sėlenomis (100g.) (AL) (T) (Nr. K002)

Lietiniai blynėliai su varške (220g.(vnt.70/40)) (AL) (Nr.6-5/101T 5)

Makaronai su dešrelėmis ir kietuoju sūriu (120/50/20g.) (AL) (T) (Nr.L18)

#### **Siūlomas karštas garnyras:**

Ryžiai (100g.) (A) (T) (Nr.3-36ATR3)

Virtos bulvės (120g.) (A) (T) (Nr. Gr014)

#### **Siūlomas daržovių garnyras:**

Morkų salotos su česnakų (100g.).(A) (Nr.2-1/12 5)

Pekino kopūstų salotos su pomidorais, agurkais ir paprikomis (120g.)(A) (Nr.S033.1)

#### **Galimi priedai:**

Gietinė (20g.) (AL)

Uogienė (20g.) (A)

Padažas (20g.) (AL)

Duona (20g.) (AL)

#### **Gėrimas:**

Vanduo su citrina (200g.)

Pietums siūlome vieną pateiktą sriubą, vieną pasirenkamą karštą patiekalą iš 5 galimų, pasirenkamą karštą garnyrą ir daržovių garnyrą bei galimą priedą.

#### **Žymėjimo reikšmės:**

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojojantis patiekalas;

(AL)-patiekalas turintis alergenų (dėl alergenų teirautis prieš perkant patiekalą)

## 15\_ DIENŲ MOKAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą  
Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ

### **1sav. penktadienis**

#### **Siūloma sriuba:**

Perlinių kruopų sriuba (150g.) (AL) (A) (T) (Sr012)

#### **Siūlomi karšti patiekalai:**

Lazanija (250g.) (AL) (Nr. L1)

Užkeptas kiaulienos kotletas(100g.) (AL) (T) (Nr.29)

Menkių filė maltinukas su petražolėmis ir sviestu (100g.) (AL) (T) (Nr. Ž005)

Varškės ir ryžių apkepas (180g.) (AL) (Nr. V012)

Avinžirnių paplotėliai su daržovėmis (200g.(100/100)) (A) (T) (Nr.5-8/160AT 4)

#### **Siūlomas karštas garnyras:**

Ryžiai su ciberžole (100g.) (A) (T) (Nr.3-36ATR3)

Bulvių košė (120g.) (AL) (A) (T) (Nr. Gr012)

#### **Siūlomas daržovių garnyras:**

Kopūstų salotos (110g.) (A) (Nr. 2-1/19A 3)

Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (100g.) (A) (Nr.2-3/61A 4)

#### **Galimi priedai:**

Gietinė (20g.) (AL)

Uogienė (20g.) (A)

Padažas (20g.) (AL)

Duona (20g.) (AL)

#### **Gėrimas:**

Vanduo su citrina (200g.)

Pietums siūlome vieną pateiktą sriubą, vieną pasirenkamą karštą patiekalą iš 5 galimų, pasirenkamą karštą garnyrą ir daržovių garnyrą bei galimą priedą.

#### **Žymėjimo reikšmės:**

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojojantis patiekalas;

(AL)-patiekalas turintis alergenų (dėl alergenų teirautis prieš perkant patiekalą)

## 15\_ DIENŲ MOKAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą  
Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ

### **2sav. pirmadienis**

#### **Siūloma sriuba:**

Ryžių kruopų sriuba su pomidorais (150g.) (A) (T) (Nr.Sr022)

#### **Siūlomi karšti patiekalai:**

Kiaulienos kepsnelis (110g.) (AL) (Nr.10-8/161TN 3)

Kiaulienos ir morkų troškiny su porais (130g.(90/45)) (AL) (T) (11-5102T 2)

Kiaulienos-jautienos maltinis (100g) (AL) (T) (Nr.11-8/161T 5)

Sklindžiai su varške (200g.) (AL) (Nr.6-8/161TN 1)

Brokolių ir ryžių troškiny su grietinėle (200g.) (AL) (T) (A) (4-5/107T 7)

#### **Siūlomas karštas garnyras:**

Perlinis kuskusas (100g.) (AL) (A) (T) (Nr. Gr003)

Bulvių košė su morkomis (120g.) (A) (T) (AL) (Nr.Gr012)

#### **Siūlomas daržovių garnyras:**

Sezoninės daržovės (60/60g.) (A) (Nr. 18/25 2)

Kopūstų salotos (110g.) (A) (Nr. 2-1/19A 3)

#### **Galimi priedai:**

Gietinė (20g.) (AL)

Uogienė (20g.) (A)

Padažas (20g.) (AL)

Duona (20g.) (AL)

#### **Gėrimas:**

Vanduo su citrina (200g.)

Pietums siūlome vieną pateiktą sriubą, vieną pasirenkamą karštą patiekalą iš 5 galimų, pasirenkamą karštą garnyrą ir daržovių garnyrą bei galimą priedą.

#### **Žymėjimo reikšmės:**

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojantis patiekalas;

(AL)-patiekalas turintis alergenų (dėl alergenų teirautis prieš perkant patiekalą)

## 15\_ DIENŲ MOKAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą  
Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ

### **2sav. antradienis**

#### **Siūloma sriuba:**

Sriuba su laiša(150/40g.) (AL) (A) (T) (Nr.Sr01)

#### **Siūlomi karšti patiekalai:**

Vištienos kepsnys (100g.) (AL) (Nr.L17)

Troškinta kiauliena su pievagrybiais (130g.(80/35/15)) (AL) (T) (Nr.10-9/112TNJ 1))

Kiaulienos maltis (100g.) (AL) (T) (Nr.K003.2)

Virtinukai (200g.) (AL) (T) (Nr.A-83)

Makaronai su daržovių padažu ir kietuoju sūriu (250g.(168/72/10)) (AL)

#### **Siūlomas karštas garnyras:**

Ryžiai (100g.) (A) (T) (Nr.3-3/36ATR 2)

Bulvių košė su ciberžole ir krapais (120g.) (A) (T) (AL) (Nr.Gr012)

#### **Siūlomas daržovių garnyras:**

Morkų-obuolių salotos.(100g.) (A) (Nr.2-1/12 3)

Kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais (100g.) (A) (Nr.2-1/12 7)

#### **Galimi priedai:**

Gietinė (20g.) (AL)

Uogienė (20g.) (A)

Padažas (20g.) (AL)

Duona (20g.) (AL)

#### **Gėrimas:**

Vanduo su citrina (200g.)

Pietums siūlome vieną pateiktą sriubą, vieną pasirenkamą karštą patiekalą iš 5 galimų, pasirenkamą karštą garnyrą ir daržovių garnyrą bei galimą priedą.

#### **Žymėjimo reikšmės:**

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojojantis patiekalas;

(AL)-patiekalas turintis alergenų (dėl alergenų teirautis prieš perkant patiekalą)

## 15\_ DIENŲ MOKAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą  
Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ

### **2sav. trečiadienis**

#### **Siūloma sriuba:**

Pupelių sriuba (150g.) (A) (T) (Nr.Sr014)

#### **Siūlomi karšti patiekalai:**

Žemaičių blynai (280g.(vnt.110/30)) (AL) (Nr.4-8/170 5)

Kalakutienos guliašas (130g.(80/25/25)) (AL) (T) (Nr.10-5/112TNJ 3)

Vištienos maltinis (100g.) (AL) (T) (Nr.10-8/16TN 2)

Makaronai su vištiena ir pievagrybiais (240g.(140/70/30)) (AL) (T) (Nr.L15)

Sklindžiai su obuoliais (200g.) (AL) (Nr.A-78) (Nr.3-6/120 4)

#### **Siūlomas karštas garnyras:**

Ryžiai su ciberžole (100g.) (A) (AL) (T) (Nr.3-36ATR3)

Bulvių košė (120g.) (A) (T) (AL) (Nr. Gr012)

#### **Siūlomas daržovių garnyras:**

Burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (100g.) (A) (Nr.2-3/61A 4)

Pekino kopūstų salotos su pomidorais, agurkais ir paprikomis (120g.) (A) (Nr.S033.1)

#### **Galimi priedai:**

Gietinė (20g.) (AL)

Uogienė (20g.) (A)

Padažas (20g.) (AL)

Duona (20g.) (AL)

#### **Gėrimas:**

Vanduo su citrina (200g.)

Pietums siūlome vieną pateiktą sriubą, vieną pasirenkamą karštą patiekalą iš 5 galimų, pasirenkamą karštą garnyrą ir daržovių garnyrą bei galimą priedą.

#### **Žymėjimo reikšmės:**

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojantis patiekalas;

(AL)-patiekalas turintis alergenų (dėl alergenų teirautis prieš perkant patiekalą)



## 15\_ DIENŲ MOKAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą  
Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ

### **2sav. ketvirtadienis**

#### **Siūloma sriuba:**

Barščių sriuba (150g.) (A) (T) (Nr.Sr003)

#### **Siūlomi karšti patiekalai:**

Kiaulienos kepsnys su sūriu ir kepintais svogūnais (115g.(90/25)) (AL) (T) (Nr.1-6/10TN 2)

Vištienos filė su kariu (120g.(90/30)) (AL) (T) (Nr.10-8/162TN 1)

Kiaulienos kukuliai (120g.(60/60)) (AL) (T) (Nr.9-7/143TN 1)

Plovas su kalakutiena (220g.(150/70)) (T) (Nr.11-5/102TN 1)

Bulviniai blynai (200g.) (AL) (T) (200g.) (AL) (Nr.2-8/160TN 1)

#### **Siūlomas karštas garnyras:**

Grikkiai (100g.) (A) (T) (Nr. Gr013)

Virtos bulvės (120g.) (A) (T) (Nr. Gr014)

#### **Siūlomas daržovių garnyras:**

Morkų salotos su česnakų (100g.) (A) (Nr.2-1/12 5)

Pekino kopūstų salotos su agurkais ir obuoliais(100g.) (A) (NR.2-1/7A 6)

#### **Galimi priedai:**

Gietinė (20g.) (AL)

Padažas (20g.) (AL)

Duona (20g.) (AL)

#### **Gėrimas:**

Vanduo su citrina (200g.)

Pietums siūlome vieną pateiktą sriubą, vieną pasirenkamą karštą patiekalą iš 5 galimų, pasirenkamą karštą garnyrą ir daržovių garnyrą bei galimą priedą.

#### **Žymėjimo reikšmės:**

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojantis patiekalas;

(AL)-patiekalas turintis alergenu (dėl alergenu teirautis prieš perkant patiekalą)

## 15\_ DIENŲ MOKAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą  
Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ

### **2sav. penktadienis**

#### **Siūloma sriuba:**

Lėšių sriuba (150g.) (A) (T) (Sr026)

#### **Siūlomi karšti patiekalai:**

Kepta žuvis (100g.) (AL) (Nr.41)

Troškinti vištienos kumpeliai su česnakais (100g.) (T) (Nr.10-5/113T 2)

“Tinginių” balandėliai (200g.(100/100) (AL) (T)) (Nr.63)

Lietiniai blynėliai su dešrele (220g.(vnt.70/40)) (AL) (Nr.5-5/101TN 3)

Varškės ir ryžių apkepas (180g.) (AL) (T) (Nr.V012)

#### **Siūlomas karštas garnyras:**

Ryžiai (100g.) (A) (T) (Nr.3-36ATR3)

Bulvių košė (120g.) (AL) (A) (T) (Nr. Gr012)

#### **Siūlomas daržovių garnyras:**

Kopūstų salotos (110g.) (A) (Nr. 2-1/19A 3)

Burokėliai su saulėgrąžomis (100g.) (A) (T) (Nr.2-3/61AN 1)

#### **Galimi priedai:**

Gietinė (20g.) (AL)

Uogienė (20g.) (A)

Padažas (20g.) (AL)

Duona (20g.) (AL)

#### **Gėrimas:**

Vanduo su citrina (200g.)

Pietums siūlome vieną pateiktą sriubą, vieną pasirenkamą karštą patiekalą iš 5 galimų, pasirenkamą karštą garnyrą ir daržovių garnyrą bei galimą priedą.

#### **Žymėjimo reikšmės:**

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojojantis patiekalas;

(AL)-patiekalas turintis alergenų (dėl alergenų teirautis prieš perkant patiekalą)

## 15\_ DIENŲ MOKAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą  
Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ

### **3sav. pirmadienis**

#### **Siūloma sriuba:**

Pupelių sriuba (150g.) (A) (T) (Sr014)

#### **Siūlomi karšti patiekalai:**

Kiaulienos kepsnelis su daržovėmis (120g.) (AL) (19-7/161TN 1)

Troškinta kiauliena su raug. agurkais ir kepintais svogūnais (120g.(95/45)) (AL) (T) (Nr.L9)

Jautienos kukuliai kepti garuose (100g(50/50)) (AL) (T) (Nr.J004)

Mieliniai blynai su obuoliais (200g.) (AL) (Nr.A-69)

Troškintos daržovės (200g.) (A) (T) (Nr.D003)

#### **Siūlomas karštas garnyras:**

Griekiai (100g.) (A) (T) (Nr. Gr013)

Bulvių košė; (120g.) (A) (T) (AL) (Nr. Gr012)

#### **Siūlomas daržovių garnyras:**

Sezoninės daržovės (60/60g.) (A) (Nr. 18/25 2)

Kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais (100g.) (A) (Nr.2-1/12 7)

#### **Galimi priedai:**

Gietinė (20g.) (AL)

Padažas (20g.) (AL)

Duona (20g.) (AL)

#### **Gėrimas:**

Vanduo su citrina (200g.)

Pietums siūlome vieną pateiktą sriubą, vieną pasirenkamą karštą patiekalą iš 5 galimų, pasirenkamą karštą garnyrą ir daržovių garnyrą bei galimą priedą.

#### **Žymėjimo reikšmės:**

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojantis patiekalas;

(AL)-patiekalas turintis alergenų (dėl alergenų teirautis prieš perkant patiekalą)

## 15\_ DIENŲ MOKAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą  
Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ

### **3sav. antradienis**

#### **Siūloma sriuba:**

Barščių sriuba su pupelėmis (150g.) (A) (T) (Nr.Sr004)

#### **Siūlomi karšti patiekalai:**

Vištienos filė gabaliukai su sezamo sėklomis (100g.) (AL) (Nr.10-8/162T 5)

Kiaulienos kepsnys su sūriu (120g.(100/20)) (AL) (Nr.1-1/101TN 2)

Kiaulienos kukuliai (100g.) (AL) (T) (Nr.11-8/162T 2)

Kiaulienos troškiny su moliūgais (130g.(80/50)) (AL) (T) (Nr.12-4/100TN 1))

Sklindžiai su bananais (200g.) (AL) (Nr. A79)

#### **Siūlomas karštas garnyras:**

Perlinis kuskusas (100g.) (A)(AL) (T) (Nr. Gr003)

Bulvių košė su ciberžole ir krapais (120g.) (A) (T) (AL) (Nr.Gr012)

#### **Siūlomas daržovių garnyras:**

Morkų ir obuolių salotos.(100g.) (A) (Nr.2-1/12 3)

Pekino kopūstų porų ir pomidorų salotos (110g.)(A)

#### **Galimi priedai:**

Gietinė (20g.) (AL)

Uogienė (20g.) (A)

Padažas (20g.) (AL)

Duona (20g.) (AL)

#### **Gėrimas:**

Vanduo su citrina (200g.)

Pietums siūlome vieną pateiktą sriubą, vieną pasirenkamą karštą patiekalą iš 5 galimų, pasirenkamą karštą garnyrą ir daržovių garnyrą bei galimą priedą.

#### **Žymėjimo reikšmės:**

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojantis patiekalas;

(AL)-patiekalas turintis alergenų (dėl alergenų teirautis prieš perkant patiekalą)

## 15\_ DIENŲ MOKAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą  
Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ

### **3sav. trečiadienis**

#### **Siūloma sriuba:**

Žaliųjų žirnelių sriuba (150g.) (A) (T) (Nr.Sr016)

#### **Siūlomi karšti patiekalai:**

Vištienos ir cukinijų paplotėlis (100g.) (AL) (Nr.10-8/161T 2)  
Kiauliena su troškintais kopūstais(150g.(75/75)) (AL) (T) (Nr.5)  
Kepta vištienos blauzdelė (140g.) (T) (Nr.P025)  
Netikras kiaulienos zuikis (100g.) (AL) (T) (Nr.11-7/140T 2)  
Varškės apkepas (220g.) (AL) (Nr.7-8/169T 7)

#### **Siūlomas karštas garnyras:**

Ryžiai su ciberžole (100g.) (A) (T) (Nr.3-36ATR3)  
Bulvių košė (120g.) (A) (T) (AL) (Nr. Gr012)

#### **Siūlomas daržovių garnyras:**

Burokėliai su saulėgrąžomis (100g.) (A) (Nr.2-3/61AN 1)  
Kopūstų salotos (110g.)(A) (Nr. 2-1/19A 3)

#### **Galimi priedai:**

Gietinė (20g.) (AL)  
Uogienė (20g.) (A)  
Padažas (20g.) (AL)  
Duona (20g.) (AL)

#### **Gėrimas:**

Vanduo su citrina (200g.)

Pietums siūlome vieną pateiktą sriubą, vieną pasirenkamą karštą patiekalą iš 5 galimų, pasirenkamą karštą garnyrą ir daržovių garnyrą bei galimą priedą.

#### **Žymėjimo reikšmės:**

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;  
(T)-tausojuantis patiekalas;  
(AL)-patiekalas turintis alergenų (dėl alergenų teirautis prieš perkant patiekalą)

## 15\_ DIENŲ MOKAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą  
Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ

### **3sav. ketvirtadienis**

#### **Siūloma sriuba:**

Trinta morkų sriuba (150g.) (A) (T) (Nr.Sr033)

#### **Siūlomi karšti patiekalai:**

Vištienos vėrinukas (100g.) (AL) (T) (Nr.10-8/162TN 9)

Troškinta kiauliena su baklažanais (120g.(95/45)) (AL) (T) (Nr.L16)

Plovas su kiauliena (240g.(160/80)) (T) (Nr.11-5/102TN 11)

Kalakutienos maltinis (100g.) (AL) (T) (Nr.10-8/16TN 1)

Grikių apkepas (210g.) (A) (AL) (T) (Nr.3-8/164t 8)

#### **Siūlomas karštas garnyras:**

Grikliai (100g.) (A) (T) (Nr. Gr013)

Virtos bulvės (120g.) (A) (T) (Nr. Gr014)

#### **Siūlomas daržovių garnyras:**

Morkų salotos su česnakų (A)(100g.) (Nr.2-1/12 5)

Pekino kopūstų salotos su agurkais ir obuoliais (100g.)(A) (NR.2-1/7A 6)

#### **Galimi priedai:**

Gietinė (20g.) (AL)

Padažas (20g.) (AL)

Duona (20g.) (AL)

#### **Gėrimas:**

Vanduo su citrina (200g.)

Pietums siūlome vieną pateiktą sriubą, vieną pasirenkamą karštą patiekalą iš 5 galimų, pasirenkamą karštą garnyrą ir daržovių garnyrą bei galimą priedą.

#### **Žymėjimo reikšmės:**

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojantis patiekalas;

(AL)-patiekalas turintis alergenų (dėl alergenų teirautis prieš perkant patiekalą)

## 15\_ DIENŲ MOKAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą  
Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ

### **3sav. penktadienis**

#### **Siūloma sriuba:**

Rūgštynių sriuba (150g.) (A) (T) (Sr007)

#### **Siūlomi karšti patiekalai:**

Įdarytas kiaulienos maltinis (120g.) (AL) (T) (Nr.L5)

Kalakutienos troškiny su daržovėmis (130g.(80/50)) (AL) (T) (Nr.12-2/100TN 2)

Žuvies (lydekos) maltinis (100g.) (AL) (T) (Nr.9-7/146T 2)

Pica (225g.(120/60/45)) (AL) (Nr.B-80)

Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliais (200g.) (AL) (Nr.3-6/120 4)

#### **Siūlomas karštas garnyras:**

Ryžiai (100g.) (A) (T) (Nr.3-36ATR3)

Bulvių košė su morkomis (120g.) (AL) (A) (T) (Nr.Gr012)

#### **Siūlomas daržovių garnyras:**

Kopūstų salotos (110g.) (A) (Nr. 2-1/19A 3)

Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (100g.)(A)

#### **Galimi priedai:**

Gietinė (20g.) (AL)

Uogienė (20g.) (A)

Padažas (20g.) (AL)

Duona (20g.) (AL)

#### **Gėrimas:**

Vanduo su citrina (200g.)

Pietums siūlome vieną pateiktą sriubą, vieną pasirenkamą karštą patiekalą iš 5 galimų, pasirenkamą karštą garnyrą ir daržovių garnyrą bei galimą priedą.

#### **Žymėjimo reikšmės:**

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojojantis patiekalas;

(AL)-patiekalas turintis alergenų (dėl alergenų teirautis prieš perkant patiekalą)

