

Vilniaus Spindulio progimnazijos

15 DIENŲ PARDUODAMŲ PATIEKALŲ VALGIARAŠTIS

Įstaigos darbo laikas

Nuo 8.00 iki 15.00 val.

Maitinimo paslaugas teikia: I. Turčinskienės IĮ

15_ DIENŲ PARDUODAMŲ KOPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ
Isav. pirmadienis
<i>Sriuba</i>
Šviežių kopūstų sriuba (300g.) (A) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rieb.) (40g.) (AL)
Duona (20g.) (AL)
<i>Karšti patiekalai</i>
Kiaulienos kepsnys (100g.) (AL)
Ekologiško jogurto 3.5- 4.6% ir pomidorų česnakinis padažas (60g.) (AL)
Kiaulienos ir morkų troškiny su porais (90/45g.) (AL) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rieb.) (40g.) (AL)
Viso grūdo makaronai su malta jautiena (180/80g) (AL) (T)
Ekologiško jogurto 3.5- 4.6% ir pomidorų česnakinis padažas (60g.) (AL)
Kiaulienos -jautienos kukuliai (70/70g.) (AL) (T)
Rausvasis padažas (100g.) (AL)
Sklindžiai su kriaušėmis (240g.) (AL)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rieb.) (60g.) (AL)
Uogienė (40g.) (A)
Žiedinių kopūstų ir ryžių troškiny (250g.) (A) (T)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (40 g.) (AL)
Bulvių ir morkų košė (200g.) (AL) (T)
Grikių košė (200g.) (A) (T)
<i>Daržovės, vaisiai</i>
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (80g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20 g.) (AL)
Šviežios daržovės (40/40/40g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20/20/20g.) (AL)
Sezoniai vaisiai(obuolys,kriaušė,apelsinas,bananas,melionas,arbūzas) (100g.)

Dėl maisto produktų tiekimo grandinės sutrikimų, patiekalų eiliškumas gali keistis.

Žymėjimo reikšmės:

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojantis patiekalas;

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

15_ DIENŲ PARDUODAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ
Isav. Antradienis
<i>Sriuba</i>
Avinžirnių sriuba (300g.) (A) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rieb.) (40g.) (AL)
Duona (20g.) (AL)
<i>Karšti patiekalai</i>
Vištienos kepsnelis (110g.) (AL)
Ekologiško jogurto 3.5- 4.6% ir pomidorų česnakinis padažas (60g.) (AL)
Kiaulienos troškiny su moliūgais (80/50g.) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rieb.) (40g.) (AL)
Kiaulienos kukulis (120g.) (AL) (T)
Baltasis padažas (100g.) (AL)
Mieliniai blynai (300g.) (AL)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rieb.) (40g.) (AL)
Uogienė (40g.) (A)
Daržovių troškiny (žiediniai kopūstai, šparagai, morkos, bulvės) (280g.) (A) (T)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (40 g.) (AL)
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (200g.) (A) (T)
Bulvių košė su ciberžole ir krapais (200g.) (T)
<i>Daržovės, vaisiai</i>
Salierų, morkų ir obuolių salotos (80g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20 g.) (AL)
Šviežios daržovės (40/40/40g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20/20/20g.) (AL)
Sezoniai vaisiai(obuolys,kriaušė,apelsinas,bananas,melionas,arbūzas) (100g.)

Dėl maisto produktų tiekimo grandinės sutrikimų, patiekalų eiliškumas gali keistis.

Žymėjimo reikšmės:

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojantis patiekalas;

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

15_ DIENŲ PARDUODAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ
1sav. trečiadienis
<i>Sriuba</i>
Rūgštynių sriuba (300g.) (A L) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rieb.) (40g.) (AL)
Duona (20g.) (AL)
<i>Karšti patiekalai</i>
Kiaulienos suktinukas (110g.) (AL)
Ekologiško jogurto 3.5- 4.6% ir pomidorų česnakinis padažas (60g.) (AL)
Vištienos guliašas (80/25/25 g.) (AL) (T)
Plovas su vištiena (147/73g.) (T)
Bulvių plokštainis (300g.) (AL)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (40 g.) (AL)
Cukinių ir ryžių troškiny (250g.) (A) (T)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (40 g.) (AL)
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (200g.)(A) (T)
Ryžių košė su ciberžole (200g.) (A) (T)
<i>Daržovės, vaisiai</i>
Pekini kopūstų, porų ir pomidorų salotos (80g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20 g.) (AL)
Šviežios daržovės (40/40/40g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20/20/20g.) (AL)
Sezoniai vaisiai(obuolys,kriaušė,apelsinas,bananas,melionas,arbūzas) (100g.)

Dėl maisto produktų tiekimo grandinės sutrikimų, patiekalų eiliškumas gali keistis.

Žymėjimo reikšmės:

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojantis patiekalas;

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

15_ DIENŲ PARDUODAMŲ KOPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ
1sav. ketvirtadienis
<i>Sriuba</i>
Trinta moliūgų sriuba (300g.) (A) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% riebi.) (40g.) (AL)
Duona (20g.) (AL)
<i>Karšti patiekalai</i>
Vištiena saldžiarūgščiame padaže (70/40g.) (AL) (T)
Kiaulienos maltinukas su kviečių sėlenomis (120g.) (AL) (T)
Baltasis padažas (100g.) (AL)
Makaronai su vištiena ir pievagrybiais (140/70/30 g.) (AL) (T)
Baltasis padažas (100g.) (AL)
Varškės ir ryžių apkepas (180g.)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% riebi.) (40g.) (AL)
Uogienė (40g.) (A)
Daržovės keptos garuose (bulvės, morkos, svogūnai, žirneliai) (300g.) (A) (T)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (40 g.) (AL)
Virtų bulvių ir moliūgų košė (AL) (T)
Grikių košė (200g.) (A) (T)
<i>Daržovės, vaisiai</i>
Šviežių kopūstų, morkų ir paprikų salotos (80g.)(A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20 g.) (AL)
Šviežios daržovės (40/40/40g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20/20/20g.) (AL)
Sezoniniai vaisiai(obuolys,kriaušė,apelsinas,bananas,melionas,arbūzas) (100g.)

Dėl maisto produktų tiekimo grandinės sutrikimų, patiekalų eiliškumas gali keistis.

Žymėjimo reikšmės:

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojantis patiekalas;

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

15_ DIENŲ PARDUODAMŲ KOPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ
1sav. penktadienis
<i>Sriuba</i>
Perlinių kruopų sriuba (300g.) (AL) (A) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rie.) (40g.) (AL)
Duona (20g.) (AL)
<i>Karšti patiekalai</i>
Lazanija (250g.) (AL) (T)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (40 g.) (AL)
Užkeptas natūralus kotletas (140g.) (AL) (T)
Rausvasis padažas (100g.) (AL)
Menkių filė maltinukas su petražolėmis ir sviestu (120g.) (AL) (T)
Rausvasis padažas (100g.) (AL)
Mieliniai blynai su obuoliais (300g.) (AL) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rie.) (40g.) (AL)
Uogienė (40g.) (A)
Kepti orkaitėje avinžirnių paplotėliai su daržovėmis (100/100/100g.) (A) (T)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (40 g.) (AL)
Ryžiųkruopų košė (200g.) (A) (T)
Bulvių ir morkų košė (200g.) (AL) (T)
<i>Daržovės, vaisiai</i>
Burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (80g.) (A) (T)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20 g.) (AL)
Šviežios daržovės (40/40/40g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20/20/20g.) (AL)
Sezoniai vaisiai(obuolys,kriaušė,apelsinas,bananas,melionas,arbūzas) (100g.)

Dėl maisto produktų tiekimo grandinės sutrikimų, patiekalų eiliškumas gali keistis.

Žymėjimo reikšmės:

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojantis patiekalas;

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

15_ DIENŲ PARDUODAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ
2sav. pirmadienis
<i>Sriuba</i>
Lęšių sriuba (300g.) (A) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rieb.) (40g.) (AL)
Duona (20g.) (AL)
<i>Karšti patiekalai</i>
Kiaulienos kepsnelis (110g.) (AL)
Ekologiško jogurto 3.5- 4.6% ir pomidorų česnakinis padažas (60g.) (AL)
Kiaulienos guliašas (90/30/30 g.) (AL) (T)
Kiaulienos -jautienos maltinis (120g) (AL) (T)
Baltasis padažas (100g.) (AL)
Sklindžiai su varške (240g.) (AL)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rieb.) (40g.) (AL)
Uogienė (40g.) (A)
Brokolių ir ryžių troškiny (250g.) (A) (T)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (40 g.) (AL)
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (200g.) (A) (T)
Bulvių košė su ciberžole ir krapais (200g.) (T)
<i>Daržovės, vaisiai</i>
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (80g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20 g.) (AL)
Šviežios daržovės (40/40/40g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20/20/20g.) (AL)
Sezoniai vaisiai (obuolys, kriaušė, apelsinas, bananas, melionas, arbūzas) (100g.)

Dėl maisto produktų tiekimo grandinės sutrikimų, patiekalų eiliškumas gali keistis.

Žymėjimo reikšmės:

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojantis patiekalas;

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

15_ DIENŲ PARDUODAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ
2sav. antradienis
<i>Sriuba</i>
Sriuba su laiša (300g.) (AL) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rie.) (40g.) (AL)
Duona (20g.) (AL)
<i>Karšti patiekalai</i>
Vištienos kepsnys (110g.) (AL)
Ekologiško jogurto 3.5- 4.6% ir pomidorų česnakinis padažas (60g.) (AL)
Kiaulienos troškiny su pupelėmis (50/100g.) (AL) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rie.) (40g.) (AL)
Vištienos kukuliai su sezamo sėklomis (60/60g.) (AL) (T)
Ekologiško jogurto 3.5- 4.6% ir pomidorų česnakinis padažas (60g.) (AL)
Virti varškėčiai su grietinėlės ir sviesto padažu (300/30g.) (AL) (T)
Uogienė (40g.) (A)
Viso grūdo makaronai su daržovių padažu (250g.)(AL) (A) (T)
Ekologiško jogurto 3.5- 4.6% ir pomidorų česnakinis padažas (60g.) (AL)
Bulvių ir morkų košė (200g.) (AL) (T)
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (200g.) (A) (T)
<i>Daržovės, vaisiai</i>
Morkų salotos su česnaku (80g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20 g.) (AL)
Šviežios daržovės (40/40/40g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20/20/20g.) (AL)
Sezoniai vaisiai(obuolys,kriaušė,apelsinas,bananas,melionas,arbūzas) (100g.)

Dėl maisto produktų tiekimo grandinės sutrikimų, patiekalų eiliškumas gali keistis.

Žymėjimo reikšmės:

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojantis patiekalas;

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

15_ DIENŲ PARDUODAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ
2sav. trečiadienis
<i>Sriuba</i>
Žirnių sriuba (300g.) (A) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rieb.) (40g.) (AL)
Duona (20g.) (AL)
<i>Karšti patiekalai</i>
Žemaičių blynai (280g.) (AL)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (40 g.) (AL)
Kalakutienos guliašas (80/25/25 g.) (AL) (T)
Orkaitėje keptas vištienos maltinukas (120g.) (AL) (T)
Rausvasis padažas (100g.) (AL)
Sklindžiai su obuoliais (240g.) (AL)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rieb.) (40g.) (AL)
Uogienė (40g.) (A)
Troškintos daržovės (morkos, žiediniai kopūstai, moliūgai, bulvės) (280g.) (A) (T)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (40 g.) (AL)
Virtų bulvių ir moliūgų košė (AL) (T)
Grikių košė (200g.) (A) (T)
<i>Daržovės, vaisiai</i>
Burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (80g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20 g.) (AL)
Šviežios daržovės (40/40/40g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20/20/20g.) (AL)
Sezoniai vaisiai(obuolys,kriaušė,apelsinas,bananas,melionas,arbūzas) (100g.)

Dėl maisto produktų tiekimo grandinės sutrikimų, patiekalų eiliškumas gali keistis.

Žymėjimo reikšmės:

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojantis patiekalas;

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

15_ DIENŲ PARDUODAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ
2sav. ketvirtadienis
<i>Sriuba</i>
Barščių sriuba (300g.) (A) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rieb.) (40g.) (AL)
Duona (20g.) (AL)
<i>Karšti patiekalai</i>
Vištienos filė su kariu (90/30g.) (AL) (T)
Kepti su garais kiaulienos kukuliai su avižių sėlenomis (60/60g.) (AL) (T)
Rausvasis padažas (100g.) (AL)
Plovas su kalakutiena (250g.) (AL)
Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliais (300g.)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rieb.) (40g.) (AL)
Uogienė (40g.) (A)
Pupelių-daržovių (bulvės, morkos, brokoliai, parikos) troškiny (200g.) (A) (T)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (40 g.) (AL)
Ryžių košė su ciberžole (200g.) (A) (T)
Bulvių ir morkų košė (200g.) (AL) (T)
<i>Daržovės, vaisiai</i>
Pekino kopūstų , obuolių ir agurkų salotos (80g.)(A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20 g.) (AL)
Šviežios daržovės (40/40/40g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20/20/20g.) (AL)
Sezoniai vaisiai(obuolys,kriaušė,apelsinas,bananas,melionas,arbūzas) (100g.)

Dėl maisto produktų tiekimo grandinės sutrikimų, patiekalų eiliškumas gali keistis.

Žymėjimo reikšmės:

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojantis patiekalas;

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

15_ DIENŲ PARDUODAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ
2sav. penktadienis
<i>Sriuba</i>
Ryžių kruopų sriuba su pomidorais (300g.) (AL) (A) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rie.) (40g.) (AL)
Duona (20g.) (AL)
<i>Karšti patiekalai</i>
Žuvies kepsnelis (120g.) (AL)
Ekologiško jogurto 3.5- 4.6% ir pomidorų česnakinis padažas (60g.) (AL)
Tinginių balandėliai (100/100g.) (AL) (T)
Ekologiško jogurto 3.5- 4.6% ir pomidorų česnakinis padažas (60g.) (AL)
Vištienos blauzdelė (140g.) (T)
Ekologiško jogurto 3.5- 4.6% ir pomidorų česnakinis padažas (60g.) (AL)
Varškės apkepas (220g.) (AL) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rie.) (40g.) (AL)
Uogienė (40g.) (A)
Ryžių-lęšių košė su morkomis (300g.) (A) (T)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (40 g.) (AL)
Bulvių košė su ciberžole ir krapais (200g.) (T)
Ryžiųkruopų košė (200g.) (A) (T)
<i>Daržovės, vaisiai</i>
Salierų, morkų ir obuolių salotos (80g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20 g.) (AL)
Šviežios daržovės (40/40/40g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20/20/20g.) (AL)
Sezoniai vaisiai(obuolys,kriaušė,apelsinas,bananas,melionas,arbūzas) (100g.)

Dėl maisto produktų tiekimo grandinės sutrikimų, patiekalų eiliškumas gali keistis.

Žymėjimo reikšmės:

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojantis patiekalas;

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

15_ DIENŲ PARDUODAMŲ KOPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ
3sav. pirmadienis
<i>Sriuba</i>
Pupelių sriuba (300g.) (A) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rieb.) (40g.) (AL)
Duona (20g.) (AL)
<i>Karšti patiekalai</i>
Kiaulienos kepsnelis su daržovėmis (120g.) (AL)
Ekologiško jogurto 3.5- 4.6% ir pomidorų česnakinis padažas (60g.) (AL)
Troškinta kiauliena su raugintais agurkais ir keptais svogūnais (95/45g.) (AL) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rieb.) (40g.) (AL)
Kiaulienos maltinis (120g) (AL) (T)
Baltasis padažas (100g.) (AL)
Lietiniai blynėliai su varške (2vnt. po 70/40g.) (AL)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rieb.) (40g.) (AL)
Uogienė (40g.) (A)
Žiedinių kopūstų ir ryžių troškiny (250g.) (A) (T)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (40 g.) (AL)
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (200g.)(A) (T)
Bulvių ir morkų košė (200g.) (AL) (T)
<i>Daržovės, vaisiai</i>
Kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais (80g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20 g.) (AL)
Šviežios daržovės (40/40/40g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20/20/20g.) (AL)
Sezoniniai vaisiai(obuolys,kriaušė,apelsinas,bananas,melionas,arbūzas) (100g.)

Dėl maisto produktų tiekimo grandinės sutrikimų, patiekalų eiliškumas gali keistis.

Žymėjimo reikšmės:

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojantis patiekalas;

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

15_ DIENŲ PARDUODAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės II
3sav. antradienis
<i>Sriuba</i>
Žaliųjų žirnelių sriuba (300g.) (A) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rieb.) (40g.) (AL)
Duona (20g.) (AL)
<i>Karšti patiekalai</i>
Vištienos ir cukinių paplotėlis (100g.) (AL)
Ekologiško jogurto 3.5- 4.6% ir pomidorų česnakinis padažas (60g.) (AL)
Troškinta kiauliena su pievagrybiais (80/35/15 g.) (AL) (T)
Keptas su garais netikras kiaulienos kumpinės zuikis (120g) (A) (T)
Ekologiško jogurto 3.5- 4.6% ir pomidorų česnakinis padažas (60g.) (AL)
Varškės apkepas su razinomis (180g.) (AL) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rieb.) (40g.) (AL)
Uogienė (40g.) (A)
Viso grūdo makaronai su brokoliais ir džiovintais pomidorais (200g.) (AL)(A) (T)
Ekologiško jogurto 3.5- 4.6% ir pomidorų česnakinis padažas (60g.) (AL)
Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (200g.) (A) (T)
Virtų bulvių ir moliūgų košė (AL) (T)
<i>Daržovės, vaisiai</i>
Salierų, morkų ir obuolių salotos (80g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20 g.) (AL)
Šviežios daržovės (40/40/40g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20/20/20g.) (AL)
Sezoniai vaisiai(obuolys,kriaušė,apelsinas,bananas,melionas,arbūzas) (100g.)

Dėl maisto produktų tiekimo grandinės sutrikimų, patiekalų eiliškumas gali keistis.

Žymėjimo reikšmės:

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojantis patiekalas;

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

15_ DIENŲ PARDUODAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ
3sav. trečiadienis
<i>Sriuba</i>
Trinta morkų sriuba (300g.) (A) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rieb.) (40g.) (AL)
Duona (20g.) (AL)
<i>Karšti patiekalai</i>
Vištienos filė gabaliukai su sezamo sėklomis (120g.) (AL)
Ekologiško jogurto 3.5- 4.6% ir pomidorų česnakinis padažas (60g.) (AL)
Kiauliena su troškintais kopūstais (75/75g.) (AL) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rieb.) (40g.) (AL)
Orkaitėje keptas kalukutienos maltinukas (100g.) (AL) (T)
Ekologiško jogurto 3.5- 4.6% ir pomidorų česnakinis padažas (60g.) (AL)
Bulviniai blynai (300g.) (AL) (T)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (40 g.) (AL)
Raudonųjų lęšių troškiny su daržovėmis “Plant Based” (200g.) (A) (T)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (40 g.) (AL)
Bulvių košė su ciberžole ir krapais (200g.) (T)
Ryžių kruopų košė (200g.) (A) (T)
<i>Daržovės, vaisiai</i>
Pekini kopūstų, porų ir pomidorų salotos (80g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20 g.) (AL)
Šviežios daržovės (40/40/40g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20/20/20g.) (AL)
Sezoniai vaisiai(obuolys,kriaušė,apelsinas,bananas,melionas,arbūzas) (100g.)

Dėl maisto produktų tiekimo grandinės sutrikimų, patiekalų eiliškumas gali keistis.

Žymėjimo reikšmės:

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojantis patiekalas;

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

15_ DIENŲ PARDUODAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ
3sav. ketvirtadienis
<i>Sriuba</i>
Barščių sriuba su pupelėmis (300g.) (A) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rieb.) (40g.) (AL)
Duona (20g.) (AL)
<i>Karšti patiekalai</i>
Garuose kepti vištienos kumpeliai su česnakais (120g.) (T)
Ekologiško jogurto 3.5- 4.6% ir pomidorų česnakinis padažas (60g.) (AL)
Troškinta kiauliena su baklažanais (95/45g.) (AL) (T)
Plovas su kiauliena (160/80g.) (T)
Sklindžiai su bananais (240g.) (AL) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rieb.) (40g.) (AL)
Uogienė (40g.) (A)
Avinžirnių troškiny su žirneliais, pomidorais ir imbieru (200g.) (A) (T)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (40 g.) (AL)
Ryžių košė su ciberžole (200g.) (A) (T)
Grikių košė (200g.) (A) (T)
<i>Daržovės, vaisiai</i>
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (80g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20 g.) (AL)
Šviežios daržovės (40/40/40g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20/20/20g.) (AL)
Sezoniai vaisiai(obuolys,kriaušė,apelsinas,bananas,melionas,arbūzas) (100g.)

Dėl maisto produktų tiekimo grandinės sutrikimų, patiekalų eiliškumas gali keistis.

Žymėjimo reikšmės:

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojuantis patiekalas;

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

15_ DIENŲ PARDUODAMŲ KOMPLEKSINIŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS

Valgiaraštis parengtas pagal SAM tvarkos aprašą Maitinimo paslaugas teikia: Irenos Turčinskienės IĮ
3sav. penktadienis
<i>Sriuba</i>
Sriuba su liesa žuvimi ir perlinėmis kruopomis (300g.) (AL) (T)
Ekologiškas nesaldintas jogurtas (3.5-4.6% rieb.) (40g.) (AL)
Duona (20g.) (AL)
<i>Karšti patiekalai</i>
Įdarytas kiaulienos maltinis (100/30g.) (AL) (T)
Baltasis padažas (100g.) (AL)
Žuvies kepsnelis su morkomis (120g.) (AL) (T)
Ekologiško jogurto 3.5- 4.6% ir pomidorų česnakinis padažas (60g.) (AL)
Pica (120/60/45 g.) (AL)
Makaronai su daržovių padažu ir dešrelėmis (155/45/50 g.) (AL)
Ekologiško jogurto 3.5- 4.6% ir pomidorų česnakinis padažas (60g.) (AL)
Pupelių ir daržovių trošk. su perlinėmis kruop (80/60/80 g)(AL) (A) (T)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (40 g.) (AL)
Bulvių ir morkų košė (200g.) (AL) (T)
Ryžių kruopų košė (200g.) (A) (T)
<i>Daržovės, vaisiai</i>
Burokėliai su saulėgražomis (80g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20 g.) (AL)
Šviežios daržovės (40/40/40g.) (A)
Ekologiškas jogurtinis padažas su žolelėmis (20/20/20g.) (AL)
Sezoniai vaisiai(obuolys,kriaušė,apelsinas,bananas,melionas,arbūzas) (100g.)

Dėl maisto produktų tiekimo grandinės sutrikimų, patiekalų eiliškumas gali keistis.

Žymėjimo reikšmės:

(A)-augalinės kilmės patiekalas ;

(T)-tausojantis patiekalas;

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