

VILNIAUS BALTUPIŲ PROGIMNAZIJA

1 savaitė Pirmadienis

| Patiekalo pavadinimas | Išėiga (g) | |
|--------------------------------------------------------------------------|------------|---------|
| | 1-4 kl. | 5-8 kl. |
| Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (tausojantis, augalinis) | 150/250 | 150/250 |
| Viso grūdo ruginė duona | 20 | 20 |
| | | |
| 1. Kepta paukštienos file (tausojantis) (NEMOKAMAS MAITINIMAS) | 100 | 150 |
| Virti lęšiai | 75 | 100 |
| Agurkai | 50 | 50 |
| Pomidorų porų salotos su aliejaus padažu | 100 | 100 |
| | | |
| 2. Varškės ir nešlifuočių ryžių apkepas (tausojantis) | 150 | 270 |
| Trintos uogos su jogurtu | 80/20 | 80/20 |
| | | |
| 3. Daržovių troškinys su brokoliais (augalinis, tausojantis) | 200 | 350 |
| Daržovių padažas | 50 | 75 |
| | | |
| 4. Maltas paukštienos file kepsnys (tausojantis) | 75 | 150 |
| Biri grikių kruopų košė | 75 | 75 |
| Kopūstų, agurkų salotos su aliejaus padažu | 75 | 150 |
| | | |
| 5. Kalakutienos-daržovių troškinys (tausojantis) | 150 | 300 |
| Biri grikių kruopų košė | 75 | 75 |

*Galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus.

1-4 kl. komplekto kaina – 1.74 eur

5-8 kl. ir darbuotojams komplekto kaina –2.04 eur

VILNIAUS BALTUPIŲ PROGIMNAZIJA

1 savaitė Antradienis

| Patiekalo pavadinimas | Išėiga (g) | |
|----------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------|
| | 1-4 kl. | 5-8 kl. |
| Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis ir grietine (tausojantis) | 150/6 250/10 | 150/6 250/10 |
| Viso grūdo ruginė duona | 20 | 20 |
| | | |
| 1. Grikių-daržovių kepinukai (augalinis, tausojantis) | 200 | 400 |
| Daržovių padažas | 60 | 100 |
| | | |
| 2. Pilno grūdo apkepti makaronai su varške (tausojantis) | 150 | 300 |
| Uogų kokteilis su jogurtu | 200 | 200 |
| | | |
| 3. Žuvies kepsnys (tausojantis) (NEMOKAMAS MAITINIMAS) | 75 | 150 |
| Biri nešlifuoatų ryžių košė | 50 | 100 |
| Ridikų salotos su obuoliais, pekino kopūstais, paprikomis, aliejaus padažu | 100 | 150 |
| | | |
| 4. Kepta lašiša (tausojantis) | 60 | 100 |
| Biri nešlifuoatų ryžių košė | 50 | 100 |
| Paprika | 50 | 50 |
| Paprika, žali žirneliai | 75 | 75 |
| | | |
| 5. Tarkuotų bulvių cepelinai su varške | 200 | 300 |
| Jogurtinė grietinė | 40 | 50 |

*Galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus.

1-4 kl. komplekto kaina – 1.74 eur

5-8 kl. ir darbuotojams komplekto kaina –2.04 eur

VILNIAUS BALTUPIŲ PROGIMNAZIJA

1 savaitė Trečiadienis

| Patiekalo pavadinimas | Išėiga (g) | |
|-------------------------------------------------------------------------|------------|-----------|
| | 1-4 kl. | 5-8 kl. |
| Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis) | 150/ 250 | 150/250 |
| Viso grudo rūginė duona | 20 | 20 |
| | | |
| 1. Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis) | 75/45 | 100/60 |
| Biri grikių kruopų košė | 50 | 100 |
| Agurkai (šaltuoju sezono metu-marinuoti) | 50 | 100 |
| Pomidorai | 50 | 100 |
| | | |
| 2. Varškės apkepas (tausojantis) (NEMOKAMAS MAITINIMAS) | 150 | 250 |
| Saldus, vanilinis pieno 2,5 % padažas | 50 | 50 |
| | | |
| 3. Cukinių, moliūgų. Morkų, žirnelių troškinys (augalinis, tausojantis) | 300 | 400 |
| Pomidorai | 50 | 50 |
| Daržovių padažas | 60 | 100 |
| | | |
| 4. Kepti kiaulienos gabaliukai su pomidorų padažu, svogūnais | 50/15/15 | 100/30/30 |
| Biri nešlifuočių ryžių košė | 40 | 40 |
| Pomidorų salotos su porais, nesaldinto jogurto padažu | 100 | 100 |
| | | |
| 5. Kiaulienos kepsnys (tausojantis) | 75 | 125 |
| Biri grikių kruopų košė | 50 | 50 |
| Ridikų salotos su obuoliais, morkomis, porais, aliejaus padažu | 75 | 100 |

*Galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus.

1-4 kl. komplekto kaina – 1.74 eur

5-8 kl. ir darbuotojams komplekto kaina –2.04 eur

VILNIAUS BALTUPIŲ PROGIMNAZIJA

1 savaitė Ketvirtadienis

| Patiekalo pavadinimas | Išeiiga (g) | |
|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------|
| | 1-4 kl. | 5-8 kl. |
| Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir grietine (tausojantis) | 150/6 250/10 | 150/6 250/10 |
| Viso grūdo ruginė duona | 20 | 20 |
| | | |
| 1. Kalakutienos troškiny su žaliais žirneliais (tausojantis) | 150 | 250 |
| Virtos bulvės | 75 | 75 |
| Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos su aliejaus padažu | 75 | 150 |
| | | |
| 2. Daržovių troškiny su žiediniais kopūstais ir griekiais (augalinis, tausojantis) | 150 | 300 |
| Pomidorai | 50 | 50 |
| | | |
| 3. Kepti varškėčiai (tausojantis) (NEMOKAMAS MAITINIMAS) | 150 | 250 |
| Saldus, vanilinis pieno 2,5 % padažas | 50 | 50 |
| | | |
| 4. Paukštienos kepinukai (tausojantis) | 75 | 120 |
| Bulvių košė su sviestu | 75 | 100 |
| Salotos su špinatais, mangais, aliejaus padažu | 100 | 140 |
| | | |
| 5. Kepta paukštienos šlaunelių mėsa (tausojantis) | 75 | 150 |
| Bulvių košė su morkomis | 100 | 100 |
| Kopūstų, pomidorų, morkų salotos su aliejaus padažu | 100 | 150 |

*Galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus.

1-4 kl. komplekto kaina – 1.74 eur

5-8 kl. ir darbuotojams komplekto kaina –2.04 eur

VILNIAUS BALTUPIŲ PROGIMNAZIJA

1 savaitė Penktadienis

| Patiekalo pavadinimas | Išeiška (g) | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------|
| | 1-4 kl. | 5-8 kl. |
| Daržovių sriuba (augalinis, tausojantis) | 150/250 | 150/250 |
| Viso grudo rūginė duona | 20 | 20 |
| | | |
| 1. Kiaulienos kepsniukai su įdaru (natūralios mėsos suktinukas su paprika) (tausojantis) | 82,5 | 110 |
| Bulvių košė su pienu | 50 | 100 |
| Brokolių salotos su pomidorais, džiovintomis spanguolėmis, svogūnais aliejaus, padažas | 75 | 120 |
| | | |
| 2. Lietiniai su varške | 150 | 225 |
| Trinti bananai su trintomis braškėmis | 65/35 | 65/35 |
| | | |
| 3. Salierų blynai su saulėgrąžomis (augalinis, tausojantis) | 200 | 350 |
| Daržovių padažas | 60 | 80 |
| | | |
| 4. Jautienos troškiny su padažu (tausojantis) | 50/30 | 100/60 |
| Bulvių košė su pienu | 50 | 100 |
| Morkų salotos su žiediniais kopūstais, pomidorais, saulėgrąžomis ir nesaldintu jogurto padažu | 100 | 100 |
| | | |
| 5. Kiaulienos-daržovių-ryžių maltinis (NEMOKAMAS MAITINIMAS) | 100 | 150 |
| Perlinės kruopos | 40 | 75 |
| Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejaus padažu | 100 | 150 |

*Galima keisti įvairius garnyrų ir salotų variantus.

1-4 kl. komplekto kaina – 1.74 eur

5-8 kl. ir darbuotojams komplekto kaina –2.04 eur