

Utenos Aukštakalnio pradinės mokyklos  
Direktore

Asta TVIRTINU

Garunkšnienė

2020 m. rugpjūčio 24 d.

## **UTENOS AUKŠTAKALNIO PRADINĖ MOKYKLA**

(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas)

### **15 DIENŲ VALGIARAŠTIS**

6–10

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 7 iki 17 val.

1 savaitė

**Pirmadienis**

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/24 AT	150
Viso grūdo makaronai su malta kiauliena (tausojantis)	11-5/101 T	40/120
Šviežių kopūstų, morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/20 A	100
Švieži agurkai (augalinis), šaltuoju sezonu (rauginti)	12 A	50
Kepti orkaitėje varškėčiai (9%) su viso grūdo kvietiniais miltais (tausojantis)	7-8/166 T	110
Jogurtas natūralus (2.5%) arba grietinė (30%)		20
Vaisiai		

**Antradienis**

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)	1-3/25 AT	150
Grietinė (30%)		5
Mėsos (kiauliena) – ryžių kukuliai (tausojantis)	135 T	80
Bulvių košė (tausojantis)	111 T	80
Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/18 A	90
Omletas (tausojantis)	8-8/162 T	130
Vaisiai		

**Trečiadienis**

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/41 AT	150
Grietinė (30%)		5
Kepta vištienos šlaunelė (be odos) (tausojanti)	90 T	100
Penkių grūdų dribsnių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/42 AT	100
Morkų salotos su česnaku (augalinis)	10 A	100
Viso grūdo spelta miltų sklandžiais su obuoliais ir bananais (tausojantis)	6-8/161 T	110
Trintos uogos arba grietinė (30%)		20
Vaisiai		

TVIRTINU

Utenos Aukštakalnio pradinės mokyklos

Direktore

Asta Garunkšniėnė

2020 m. rugpjūčio 24 d.

### Ketvirtadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Perlinių kruopų, bulvių ir morkų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/40 AT	150
Grietinė (30%)		5
Vištienos (krūtinėlės filė) kukulis su morkomis (tausojantis)	10-3/61 T	70
Biri žalių grikių košė (augalinis) (tausojantis)	3-5/106 AT	100
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6 A	100
Varškės apkepas (tausojantis)	7-8/169 T	180
Trintos uogos arba grietinė (30%)		20
Vaisiai		

### Penktadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	27 T	150
Malta žuvies kepsnys (menkė) (tausojantis)	38 T	75
Perlinių kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/45 AT	75
Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/60 A	90
Varškės (9%) skryliai su viso grūdo miltai (tausojantis)	117 T	200
Grietinė (30%)		20
Vaisiai		

2 savaitė

**Pirmadienis**

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Rūgštynių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/22 AT	150
Grietinė (30%)		5
Ryžių (nešlifuoti) plovas su vištienos filė (tausojantis)	10-5/111 T	70/110
Švieži agurkai (augalinis), šaltuoju sezonu (rauginti)	12 A	70
Kopūstų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	1 A	100
Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliais (augalinis) (tausojantis)	3-5/100 AT	160
Trintos uogos arba grietinė (30%)		20
Vaisiai		

**Antradienis**


Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Bulvių sriuba su mėsos (kiauliena) kukuliais (augalinis) (tausojantis)	16 AT	150
Karališki balandėliai (kiauliena) (tausojantis)	62 T	80
Virtos bulvės (augalinis)	162 A	80
Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/18 A	90
Varškės (9%) ir ryžių apkepas (tausojantis)	7-8/168 T	150
Grietinė (30%)		20
Vaisiai		

**Trečiadienis**

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Pupelių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	1-3/35 AT	150
Kalakutienos šlaunelių guliašas su bulvėmis (tausojanti)	10-5/110 T	50/130
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6 A	90
Aukštaičių blynai (augalinis)	73 A	150
Trintos uogos arba grietinė (30%)		20
Vaisiai		

TVIRTINU  
 Utenos Aukštakalnio pradinės mokyklos  
 Direktore   
 Asta Garunkšniene  
 2020 m. rugpjūčio 24 d.

**Ketvirtadienis**

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Daržovių ir viso grūdo makaronų sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/38 AT	150
Vištienos krūtinėlės kotletas (tausojantis)	86 T	75
Viso grūdo makaronai su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	6-3/61 AT	75
Morkų ir kopūstų salotos (augalinis)	2-1/4 A	70
Orkaitėje kepti pikantiški bulvinukai (tausojantis)	4-4/160 T	140
Grietinė (30%)		20
Vaisiai		

**Penktadienis**

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/34 AT	150
Grietinė (30%)		5
Troškinta lašiša su Provanso žolelėmis (tausojantis)	367 T	90
Keptas orkaitėje žuvies (lydeka) paplotėlis (tausojantis)	9-8/163 T	75
Miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	3-3/35 AT	70
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)	2-3/61 A	90
Kaimiški blynai (tausojantis)	76 T	150
Trintos uogos arba grietinė (30%)		20
Vaisiai		

TVIRTINU

Utenos Aukštakalnio pradinės mokyklos

Direktore

Asta Garunkšniėnė

2020 m. rugpjūčio 24 d.

3 savaitė

**Pirmadienis**

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Pomidorų sriuba su ryžiais (augalinis) (tausojantis)	1-3/33 AT	150
Grietinė (30%)		5
Maltos jautienos troškėnys su ryžiais (tausojantis)	12-5/101 T	170
Švieži agurkai (augalinis), šaltuoju sezonu (rauginti)	12 A	50
Žali žirneliai (augalinis)	34 A	50
Virti varškėčiai (9%) su viso grūdo kvietiniais miltais (tausojantis)	7-7/60 T	170
Grietinė (30%)		20
Vaisiai		

**Antradienis**

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Bulvienė su makaronais (augalinis) (tausojantis)	34 AT	150
Grietinė (30%)		5
Kiaulienos (sprandinė) kepinukai (tausojantis)	8 T	80
Kiaulienos-jautienos kotletas (tausojantis)	100 T	75
Grikių kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/52 AT	90
Daržovių salotos (agurkai, kopūstai, morkos, pomidorai, paprikos, porai) su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/3 A	80
Varškės (9%) apkepas su razinomis (tausojantis)	7-8/168 T	180
Grietinė (30%)		20
Vaisiai		

**Trečiadienis**

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Žirnių-perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	14 AT	150
Kepta vištienos šlaunelė (be odos) (tausojanti)	90 T	100
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/55 AT	100
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	2-1/6 A	110
Lietiniai (viso grūdo spelta miltų) blynai (tausojantis)	7-8/163 T	90
Varškės (9%) idaras (tausojantis)	7-1/7 T	45
Grietinė (30%)		20
Vaisiai		

TVIRTINU

Utenos Aukštakalnio pradinės mokyklos

Direktore

Asta Garunkšniene

2020 m. rugpjūčio 24 d.

### Ketvirtadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	1-3/39 AT	150
Grietinė (30%)		5
Kiaulienos (nugarinė) kepsnys (tausojantis)	7 T	80
Perlinių kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	3-3/45 AT	75
Burokėlių salotos su marinuotais agurkais (augalinis)	17 A	100
Kepti orkaitėje varškėčiai (9%) su viso grūdo kvietiniais miltais (tausojantis)	7-8/166 T	110
Grietinė (30%)		20
Vaisiai		

### Penktadienis

Pietūs

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga
Pieniška perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	26 AT	150
Kepti su garais menkės filė kukulaičiai (tausojantis)	9-7/141 T	80
Virtos dešrelės (tausojantis)	36 T	75
Viso grūdo makaronai su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	6-3/61 AT	75
Kopūstų salotos (augalinis)	1 A	100
Bulvių plokštainis su varške (9%) (tausojantis)	35 T	200
Grietinė (30%)		20
Vaisiai		