Kvalifikuotas elektroninis parašas
AISTĖ STRAKŠYTĖ
2026-11-06 13:18:24 GMT+2
Paskirtis: Parašas
Powered by Dokobit
Kvalifikuotas elektroninis parašas
JŪRATĖ SVEIKAUSKIENĖ
2026-11-06 13:20:39 GMT+2
Paskirtis: Parašas
Powered by Dokobit

IGNALINOS R. VIDIŠKIŲ GIMNAZIJA

Ignalinos g. 1A, 30234 Vidiškių k., Ignalinos r. sav., Lietuva

(įstaigos pavadinimas, adresas)

20 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

6 m. ir vyresni

(amžiaus grupė)

Įstaigos darbo laikas 8:00–17:00 val.

IGNALINOS R. VIDIŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė
Jūratė Sveikauskienė

V A L G I A R A Š T I S
PIRMADIENIS
1 savaitė
6 m.–10 m.
Maitinimas 9.00-10.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
1-3/30AT	Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis)		100	0,07
	Ruginė duona		20	0,06
68	Virti kietųjų kviečių arba pilno grūdo makaronai su kiauliena (tausojantis)	Glitimo turintys javai (kviečiai)	150	0,68
2-3/62A	Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)		75	0,11
42	Žaliųjų žirnelių salotos su porais ir majonezu	Kiaušiniai	75	0,15
	Sultys		200	0,25
	Vaisiai			

11 m. ir vyresni
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
1-3/30AT	Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis)		150	0,10
68	Virti kietųjų kviečių arba pilno grūdo makaronai su kiauliena (tausojantis)	Glitimo turintys javai (kviečiai)	200	0,84
2-3/62A	Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)		100	0,15
42	Žaliųjų žirnelių salotos su porais ir majonezu	Kiaušiniai	100	0,20
	Sultys		200	0,25
	Vaisiai			

Mokami
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
1-3/30AT	Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis)		150	0,10	0,13
68	Virti kietųjų kviečių arba pilno grūdo makaronai su kiauliena (tausojantis)	Glitimo turintys javai (kviečiai)	200	0,84	1,09
1	Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis)	Glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai	160	0,83	1,08
29	Kiaulienos kotletas (tausojantis)	Kiaušiniai	100	0,46	0,60

64	Kietųjų kviečių arba pilno grūdo virti makaronai (tausojantis)	Glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai	100	0,10	0,13
3-3/30T	Miežinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis)	Pieno produktai	100	0,04	0,05
2-3/62A	Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)		100	0,15	0,19
42	Žaliųjų žirnelių salotos su porais ir majonezu	Kiaušiniai	100	0,20	0,26

Valgiaraštį sudarė dietistė Aistė Strakšytė

IGNALINOS R. VIDIŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė
Jūratė Sveikauskienė

V A L G I A R A Š T I S
ANTRADIENIS
1 savaitė
6 m.–10 m.
Maitinimas 9.00-10.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
27	Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	Pienas, glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai	100	0,09
85	Varškės apkepas (tausojantis)	Glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai, kiaušiniai	150	0,58
	Grietinė	Pieno produktai	20	0,09
14	Trinti bananai su trintomis braškėmis		100	0,32
1	Arbata (be cukraus)		150	0,07
	Grūdėta varškė	Pieno produktai	100	0,93
	Vaisiai			

11 m. ir vyresni
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
27	Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	Pienas, glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai	150	0,10
85	Varškės apkepas (tausojantis)	Glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai, kiaušiniai	220	0,76
	Grietinė	Pieno produktai	40	0,17
14	Trinti bananai su trintomis braškėmis		100	0,32
1	Arbata (be cukraus)		150	0,07
	Grūdėta varškė	Pieno produktai	200	1,86
	Vaisiai			

Mokami
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
27	Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	Pienas, glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai	150	0,10	0,13
85	Varškės apkepas (tausojantis)	Glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai, kiaušiniai	150	0,58	0,75
7-7/162T	Kepti su garais varškėčiai su morkomis (tausojantis)	Pieno produktai, kiaušiniai	220	0,81	1,05
	Grietinė	Pieno produktai	40	0,17	0,22
14	Trinti bananai su trintomis braškėmis		100	0,32	0,42

36	Virtos dešrelės		100	0,33	0,43
	Natūralus pomidorų padažas		30	0,08	0,10
3-3/43AT	Grikių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis, augalinis)		90	0,08	0,10
2-1/7A	Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)		90	0,22	0,29
30	Daržovių mišrainė su majonezu	Kiaušiniai	100	0,16	0,21

Valgiaraštį sudarė dietistė Aistė Strakšytė

IGNALINOS R. VIDIŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė
Jūratė Sveikauskienė

V A L G I A R A Š T I S
TREČIADIENIS
1 savaitė
6 m.–10 m.
Maitinimas 9.00-10.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
2	Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis, tausojantis)		100	0,06
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03
	Ruginė duona		20	0,06
10-5/102T	Kalakutienos šlaunelių mėsos troškinys su konservuotais kukurūzais, morkomis ir paprikomis (tausojantis)		140	1,18
4-3/65AT	Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)		110	0,08
54	Salotos su agurkais, svogūnų laiškais (porais) (augalinis)		80	0,23
38	Marinuoti agurkai		40	0,12
	Sūrio lazdelės	Pieno produktai	40	0,40
7	Džiovintų abrikosų kompotas		200	0,19
	Vaisiai			

11 m. ir vyresni
Maitinimas 10.00-12.00 val

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
2	Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis, tausojantis)		150	0,09
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03
10-5/102T	Kalakutienos šlaunelių mėsos troškinys su konservuotais kukurūzais, morkomis ir paprikomis (tausojantis)		180	1,52
4-3/65AT	Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)		110	0,08
54	Salotos su agurkais, svogūnų laiškais (porais) (augalinis)		100	0,29
38	Marinuoti agurkai		80	0,24
	Sūrio lazdelės	Pieno produktai	40	0,40
7	Džiovintų abrikosų kompotas		200	0,19

Mokami
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%

2	Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis, tausojantis)		150	0,09	0,12
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03	0,04
10-5/102T	Kalakutienos šlaunelių mėsos troškinys su konservuotais kukurūzais, morkomis ir paprikomis (tausojantis)		180	1,52	1,98
4-3/65AT	Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)		110	0,08	0,10
34	Maltas paukštienos (vištienos filė) kepsnys (tausojantis)	Kiaušiniai	100	0,91	1,18
31	Keptos paukštienos (vištienos) šlaunelės (tausojantis)		100	1,03	1,34
54	Salotos su agurkais, svogūnų laiškais (porais) (augalinis)		100	0,29	0,38
38	Marinuoti agurkai		80	0,24	0,31

Valgiaraštį sudarė dietistė Aistė Strakšytė

IGNALINOS R. VIDIŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė
Jūratė Sveikauskienė

V A L G I A R A Š T I S
1 savaitė
KETVIRTADIENIS
6 m.–10 m.
Maitinimas 9.00-10.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
1-3/22AT	Rūgštynių sriuba (augalinis, tausojantis)		100	0,12
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03
	Ruginė duona		20	0,06
10-5/100T	Grietinėlėje troškinta vištienos krūtinėlė su morkomis (tausojantis)	Pieno produktai	120	0,81
6	Biri perlinių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	Glitimo turintys javai (perlinės kruopos)	100	0,04
3	Kopūstų-agurkų salotos (augalinis)		80	0,18
33	Pomidorų salotos su porais (augalinis)		75	0,21
8	Džiovintų vaisių kompotas		200	0,23
	Vaisiai			

11 m. ir vyresni
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
1-3/22AT	Rūgštynių sriuba (augalinis, tausojantis)		180	1,21
	Grietinė	Pieno produktai		
10-5/100T	Grietinėlėje troškinta vištienos krūtinėlė su morkomis (tausojantis)	Pieno produktai		
6	Biri perlinių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	Glitimo turintys javai (perlinės kruopos)	100	0,04
3	Kopūstų-agurkų salotos (augalinis)		100	0,23
33	Pomidorų salotos su porais (augalinis)		100	0,28
8	Džiovintų vaisių kompotas		200	0,23
	Vaisiai			

Mokami
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
1-3/22AT	Rūgštynių sriuba (augalinis, tausojantis)		150	0,12	0,16
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03	0,04
10-5/100T	Grietinėlėje troškinta vištienos krūtinėlė su morkomis (tausojantis)	Pieno produktai	180	1,21	1,57
30	Kepta paukštienos (vištienos) filė (tausojantis)	Kiaušiniai, kukurūzų miltai	100	0,93	1,21

34	Maltas paukštienos(kalakutienos šlaunelių mėsa) kepsnys (tausojantis)	Kiaušiniai	100	0,97	1,26
6	Biri perlinių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	Glitimo turintys javai (perlinės kruopos)	100	0,04	0,05
3	Kopūstų-agurkų salotos (augalinis)		100	0,23	0,30
33	Pomidorų salotos su porais (augalinis)		100	0,28	0,36

Valgiaraštį sudarė dietistė Aistė Strakšytė

IGNALINOS R. VIDIŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė
Jūratė Sveikauskienė

V A L G I A R A Š T I S
PENKTADIENIS
1 savaitė
6 m.–10 m.
Maitinimas 9.00-10.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
17	Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)		100	0,05
37	Kepta lašišos filė (tausojantis)	Žuvis	75	2,58
4-5/107T	Žiedinių kopūstų ir ryžių troškinys su grietinėle (tausojantis)	Pieno produktai	105	0,27
11	Morkų salotos su česnaku (augalinis)		75	0,12
36	Šviežias agurkas		20	0,05
	Vaisiai			

11 m. ir vyresni
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
17	Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (augalinis , tausojantis)		100	0,05
37	Kepta lašišos filė (tausojantis)	Žuvis	100	3,44
4-5/107T	Žiedinių kopūstų ir ryžių troškinys su grietinėle (tausojantis)	Pieno produktai	140	0,36
11	Morkų salotos su česnaku (augalinis)		100	0,16
36	Šviežias agurkas		40	0,10
	Vaisiai			

Mokami
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
17	Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)		150	0,08	0,10
37	Kepta lašišos filė (tausojantis)	Žuvis	100	3,44	4,47
38	Žuvies kepsnys (augalinis)	Kiaušiniai, žuvis	100	1,21	1,57
9-8/162T	Orkaitėje kepti maltos žuvies (jūros lydekos) kotletai (tausojantis)	Pienas, glitimo turintys javai (avižos), kiaušiniai			
4-5/107T	Žiedinių kopūstų ir ryžių troškinys su grietinėle (tausojantis)	Pieno produktai	140	0,36	0,47
46	Bulvių plokštainis (tausojantis)	Pienas	200	0,22	0,29
	Grietinė	Pieno produktai	40	0,17	0,22

11	Morkų salotos su česnaku (augalinis)		100	0,16	0,21
36	Šviežias agurkas		40	0,10	0,13

Valgiaraštį sudarė dietistė Aistė Strakšytė

IGNALINOS R. VIDIŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė
Jūratė Sveikauskienė

V A L G I A R A Š T I S
PIRMADIENIS
2 savaitė
6 m.–10 m.
Maitinimas 9.00-11.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
7	Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)		100	0,05
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03
33	Kepti paukštienos (vištiena) gabaliukai su pomidorų padažu ir svogūnais (tausojantis)		130	1,26
	Pomidorų padažas		30	0,08
103	Biri ryžių kruopų košė (tausojantis)	Pieno produktai	100	0,10
34	Agurkų salotos su porais (augalinis)		75	0,24
42	Žaliųjų žirnelių salotos su porais ir majonezu	Kiaušiniai	50	0,10
	Sultys		200	0,25
	Vaisiai			

11 m. ir vyresni
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
7	Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)		150	0,09
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03
33	Kepti paukštienos (vištiena) gabaliukai su pomidorų padažu ir svogūnais (tausojantis)		130	1,26
103	Biri ryžių kruopų košė (tausojantis)	Pieno produktai	100	0,10
34	Agurkų salotos su porais (augalinis)		100	0,32
42	Žaliųjų žirnelių salotos su porais ir majonezu	Kiaušiniai	75	0,15
	Sultys		200	0,01
	Vaisiai			

Mokami
Maitinimas 10.00 – 12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
7	Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)		150	0,09	0,12
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03	0,04
33	Kepti paukštienos (vištiena) gabaliukai su pomidorų padažu ir svogūnais (tausojantis)		130	1,26	1,64

34	Maltas paukštienos (kalakutienos šlaunelių mėsa) kepsnys (tausojantis)	Kiaušiniai	100	0,97	1,26
103	Biri ryžių kruopų košė (tausojantis)	Pieno produktai	100	0,10	0,13
34	Agurkų salotos su porais (augalinis)		100	0,32	0,42
42	Žaliųjų žirnelių salotos su porais ir majonezu	Kiaušiniai	100	0,20	0,26

Valgiaraštį sudarė dietistė Aistė Strakšytė

IGNALINOS R. VIDIŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė
Jūratė Sveikauskienė

V A L G I A R A Š T I S
ANTRADIENIS
2 savaitė
6 m.–10 m.
Maitinimas 9.00-11.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
12	Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis, tausojantis)	Glitimo turintys javai (perlinės kruopos)	100	0,04
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03
6	Kiauliena (kiaulienos sprandinė) su troškintais kopūstais (tausojantis)		150	0,79
4-3/65AT	Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)		110	0,08
38	Marinuotas agurkas		40	0,12
37	Šviežias pomidoras		25	0,06
	Varškės sūrelis	Pieno produktai	100	0,90
	Kompotas (šaldytų uogų)		200	0,29
	Vaisiai			

11 m. ir vyresni
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
12	Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis, tausojantis)	Glitimo turintys javai (perlinės kruopos)	150	0,06
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03
6	Kiauliena (kiaulienos sprandinė) su troškintais kopūstais (tausojantis)		200	1,06
4-3/65AT	Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)		110	0,08
38	Marinuotas agurkas		60	0,18
37	Šviežias pomidoras		50	0,12
	Varškės sūrelis	Pieno produktai	100	0,90
	Kompotas (šaldytų uogų)		200	0,29

Mokami
Maitinimas 10.00 – 12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
12	Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis, tausojantis)	Glitimo turintys javai (perlinės kruopos)	150	0,06	0,08
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03	0,04
4-3/65AT	Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)		110	0,08	0,10
6	Kiauliena (kiaulienos sprandinė) su troškintais		200	1,06	1,38

	kopūstais (tausojantis)				
28	Kiaulienos maltinukai	Kiaušiniai	100	0,50	0,65
12-7/142T	Jautienos kukulis su kukurūzų kruopomis (tausojantis)	Kiaušiniai	110	1,05	1,36
57	Pekininiai kopūstai su ridikėliais, agurkais ir jogurto padažu	Pieno produktai	100	0,34	0,44
37	Šviežias pomidoras		50	0,12	0,16
38	Marinuotas agurkas		40	0,12	0,16
9	Grybų padažas su grietine	Pieno produktai, glitimo turintys javai (kviečiai)	50	0,17	0,22

Valgiaraštį sudarė dietistė Aistė Strakšytė

IGNALINOS R. VIDIŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė
Jūratė Sveikauskienė

V A L G I A R A Š T I S
TREČIADIENIS
2 savaitė
6 m.–10 m.
Maitinimas 9.00-10.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
13	Daržovių sriuba (augalinis, tausojantis)		100	0,10
85	Varškės apkepas (tausojantis)	Glitimo turintys javai (kviečiai), kiaušiniai,pieno produktai	150	0,58
	Grietinė	Pieno produktai	20	0,09
14	Trinti bananai su avietėmis		50	0,31
5	Razinų kompotas		200	0,23
	Sūrio lazdelės	Pieno produktai	40	0,40
	Vaisiai			

11 m. ir vyresni
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
13	Daržovių sriuba (augalinis, tausojantis)		150	0,16
85	Varškės apkepas	Glitimo turintys javai (kviečiai), kiaušiniai, pieno produktai	220	0,76
	Grietinė	Pieno produktai	40	0,17
14	Trinti bananai su avietėmis		50	0,31
5	Razinų kompotas		200	0,23
	Sūrio lazdelės	Pieno produktai	40	0,40
	Vaisiai			

Mokami
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
13	Daržovių sriuba (augalinis tausojantis)		150	0,16	0,21
85	Varškės apkepas (tausojantis)	Glitimo turintys javai (kviečiai), kiaušiniai, pieno produktai	150	0,58	0,75
14	Trinti bananai su braškėmis		50	0,32	0,42
	Grietinė	Pieno produktai	40	0,20	0,26
66	Kietųjų kviečių arba pilno grūdo virti makaronai su sūriu	Glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai	200	0,37	0,48
64	Kietųjų kviečių arba pilno grūdo virti makaronai	Glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai	100	0,10	0,13
4-5/101AT	Troškintos daržovės (žiediniai kopūstai, šparagai, morkos, bulvės) (augalinis,		160	0,42	0,55

	tausojantis)				
9-8/162T	Orkaitėje kepti maltos žuvies (jūros lydekos) kotletai (tausojantis)	Žuvis, glitimo turintys javai (avižos), pieno produktai, kiaušiniai	90	1,27	1,65

Valgiaraštį sudarė dietistė Aistė Strakšytė

IGNALINOS R. VIDIŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė
Jūratė Sveikauskienė

V A L G I A R A Š T I S
KETVIRTADIENIS
2 savaitė
6 m.–10 m
Maitinimas 9.00-10.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
1-3/30AT	Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis)		100	0,07
	Ruginė duona		20	0,06
10-7/141T	Kepti su garais kalakutienos krūtinėlės kukulaičiai (tausojantis)	Kiaušiniai	100	1,15
3-3/30T	Miežinių kruopų košė su sviestu (augalinis, tausojantis)	Glitimo turintys javai (miežiai), pieno produktai	100	0,04
3	Kopūstų, agurkų salotos (augalinis)		80	0,18
37	Pomidoras		75	0,18
1	Nesaldinta žolelių arbata		150	0,07
	Vaisiai			

11 m. ir vyresni
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
1-3/30AT	Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis)		150	0,10
	Ruginė duona		20	0,06
10-7/141T	Kepti su garais kalakutienos krūtinėlės kukulaičiai (tausojantis)	Kiaušiniai	120	1,39
3-3/30T	Miežinių kruopų košė su sviestu (augalinis, tausojantis)	Glitimo turintys javai (miežiai), pieno produktai	100	0,04
3	Kopūstų, agurkų salotos (augalinis)		100	0,23
37	Pomidoras		100	0,24
9	Grybų padažas su grietine	Glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai	50	0,17
1	Nesaldinta žolelių arbata		150	0,07
	Vaisiai			

Mokami
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
1-3/30AT	Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis)		150	0,10	0,13
3-3/30T	Miežinių kruopų košė su sviestu (augalinis,	Glitimo turintys javai	100	0,04	0,05

	tausojantis)	(miežiai), pieno produktai			
10-7/141T	Kepti su garais kalakutienos krūtinėlės kukulaičiai (tausojantis)	Kiaušiniai	100	1,15	1,50
34	Maltas paukštienos (vištiena) filė kepsnys (tausojantis)	Kiaušiniai	100	0,91	1,18
31	Keptos paukštienos (vištienos) šlaunelės (tausojantis		100	1,03	1,34
3	Kopūstų, agurkų salotos (augalinis)		100	0,23	0,30
37	Pomidoras		50	0,12	0,16
9	Grybų padažas su grietine	Glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai	50	0,17	0,22

Valgiaraštį sudarė dietistė Aistė Strakšytė

IGNALINOS R. VIDIŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė
Jūratė Sveikauskienė

V A L G I A R A Š T I S
PENKTADIENIS
2 savaitė
6 m.–10 m.
Maitinimas 9.00-10.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
9-7/142T	Kepti su garais jūros lydekos kukuliai su morkomis ir kukurūzų kruopomis (tausojantis)	Kiaušiniai, žuvis	100	1,28
1	Grietinės padažas	Pieno produktai	30	0,08
4-3/62T	Bulvių ir morkų košė (tausojantis)	Pieno produktai	100	0,08
2-3/61A	Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)		70	0,18
38	Marinuotas agurkas		20	0,06
30	Daržovių mišrainė su majonezu	Kiaušiniai	100	0,16
8	Džiovintų vaisių kompotas		200	0,23
	Vaisiai			

11 m. ir vyresni
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
4-3/62T	Bulvių ir morkų košė (tausojantis)	Pieno produktai	125	0,10
9-7/142T	Kepti su garais jūros lydekos kukuliai su morkomis ir kukurūzų kruopomis (tausojantis)	Žuvis, kiaušiniai	140	1,80
1	Grietinės padažas	Pieno produktai	30	0,08
2-3/61A	Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)		110	0,22
38	Marinuotas agurkas		40	0,12
30	Daržovių mišrainė su majonezu	Kiaušiniai	100	0,16
8	Džiovintų vaisių kompotas		200	0,23
	Vaisiai			

Mokami
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
10	Rūgštynių sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)		150	0,12	0,16
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03	0,04
30	Daržovių mišrainė su majonezu	Kiaušiniai	100	0,16	0,21
9-7/142T	Kepti su garais jūros lydekos kukuliai su morkomis ir kukurūzų kruopomis (tausojantis)	Žuvis, kiaušiniai	100	1,28	1,66
38	Žuvies (lydeka) kepsnys (augalinis, tausojantis)	Žuvis, kiaušiniai	100	1,21	1,57

4-3/62T	Bulvių ir morkų košė (tausojantis)	Pieno produktai	125	0,10	0,13
1	Grietinės padažas	Pieno produktai	30	0,08	0,10
2-3/61A	Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis)		110	0,22	0,29
38	Marinuotas agurkas		40	0,12	0,16
85	Varškės apkepas (tausojantis)	Glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai, kiaušiniai	150	0,58	0,75
	Grietinė	Pieno produktai	40	0,17	0,22

Valgiaraštį sudarė dietistė Aistė Strakšytė

IGNALINOS R. VIDIŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė
Jūratė Sveikauskienė

V A L G I A R A Š T I S
PIRMADIENIS
3 savaitė
6 m.–10 m.
Maitinimas 9.00-10.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
4	Burokėlių sriuba su raugintais kopūstais ir bulvėmis (augalinis, tausojantis)		100	0,06
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03
	Ruginė duona		20	0,06
1	Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis)	Pieno produktai, glitimo turintys javai (kviečiai)	120	0,62
3-3/54T	Viso grūdo avižų kruopų košė su sviestu (tausojantis)	Pieno produktai, glitimo turintys javai (avižos)	100	0,08
5	Daržovių salotos su paprikomis (augalinis)		80	0,20
38	Marinuotas agurkas		40	0,12
	Sultys		200	0,25
	Vaisiai			

11 m. ir vyresni
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
4	Burokėlių sriuba su raugintais kopūstais ir bulvėmis (augalinis, tausojantis)		150	0,10
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03
	Ruginė duona		20	0,06
1	Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis)	Pieno produktai, glitimo turintys javai (kviečiai)	160	0,83
3-3/54T	Viso grūdo avižų kruopų košė su sviestu (tausojantis)	Pieno produktai, glitimo turintys javai (avižos)	150	0,11
5	Daržovių salotos su paprikomis (augalinis)		100	0,25
38	Marinuotas agurkas		60	0,18
	Sultys		200	0,25
	Vaisiai			

Mokami
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
4	Burokėlių sriuba su raugintais kopūstais ir bulvėmis (augalinis, tausojantis)		150	0,10	0,13
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03	0,04

1	Troškinta kiauliena su padažu (tausojantis)	Pieno produktai, glitimo turintys javai (kviečiai)	160	0,83	1,08
3-3/54T	Viso grūdo avižų kruopų košė su sviestu (tausojantis)	Pieno produktai, glitimo turintys javai (avižos)	150	0,11	0,14
28	Kiaulienos maltinukas (tausojantis)	Kiaušiniai	100	0,50	0,65
5	Daržovių salotos su paprikomis		100	0,25	0,32
38	Marinuotas agurkas		60	0,18	0,23

Valgiaraštį sudarė dietistė Aistė Strakšytė

IGNALINOS R. VIDIŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė
Jūratė Sveikauskienė

V A L G I A R A Š T I S
ANTRADIENIS
3 savaitė
6 m.–10 m.
Maitinimas 9.00-10.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
1-3/32T	Pieniška miežinių kruopų sriuba su sviestu (tausojantis)	Glitimo turintys javai (miežiai), pieno produktai	100	0,06
85	Varškės apkepas (tausojantis)	Glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai, kiaušiniai	150	0,58
13	Braškės		50	0,24
	Grietinė	Pieno produktai	20	0,10
30	Daržovių mišrainė su majonezu	Kiaušiniai	100	0,16
15-1/6	Raugintų pasukų kokteilis su uogomis	Pieno produktai	200	0,26
	Vaisiai			

11 m. ir vyresni
Maitinimas 10.00- -12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
1-3/32T	Pieniška miežinių kruopų sriuba su sviestu (tausojantis)	Glitimo turintys javai (miežiai), pieno produktai	150	0,10
85	Varškės apkepas (tausojantis)	Glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai, kiaušiniai	220	0,76
	Grietinė	Pieno produktai	40	0,17
13	Braškės		50	0,24
30	Daržovių mišrainė su majonezu	Kiaušiniai	100	0,16
15-1/6	Raugintų pasukų kokteilis su uogomis	Pieno produktai	200	0,26
	Vaisiai			

Mokami
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
26	Pieniška miežinių kruopų sriuba su sviestu (tausojantis)	Glitimo turintys javai (miežiai), pieno produktai	150	0,10	0,13
85	Varškės apkepas (tausojantis)	Glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai, kiaušiniai	150	0,58	0,75
13	Braškės		50	0,24	0,31
	Grietinė	Pieno produktai	40	0,17	0,22
30	Daržovių mišrainė su majonezu	Kiaušiniai	100	0,16	0,21
36	Virtos dešrelės		100	0,33	0,43

3-3/43AT	Biri grikių kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis)		90	0,10	0,13
6-8/160T	Keptas orkaitėje viso grūdo makaronų su daržovėmis ir sūriu (45%) apkepas (tausojantis)	Glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai, kiaušiniai	200	0,43	0,56
14	Morkų, obuolių ir porų salotos (augalinis)		100	0,15	0,20

Valgiaraštį sudarė dietistė Aistė Strakšytė

IGNALINOS R. VIDIŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė
Jūratė Sveikauskienė

V A L G I A R A Š T I S
TREČIADIENIS
3 savaitė
6m.–10m.
Maitinimas 9.00-10.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
17	Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)		100	0,06
	Ruginė duona		20	0,06
10-5/109T	Ryžių plovas su kalakutienos šlaunelių mėsa (tausojantis)		120	0,83
2-1/17A	Raugintų kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)		90	0,19
36	Agurkas		40	0,10
11	Vyšnių kompotas		200	0,29
	Vaisiai			

11 m. ir vyresni
Maitinimas 10.00 - -12.00 val.

Rp .Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
17	Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)		150	0,08
	Ruginė duona		20	0,06
10-5/109T	Ryžių plovas su kalakutienos šlaunelių mėsa (tausojantis)		180	1,24
2-1/17A	Raugintų kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)		120	0,25
36	Agurkas		40	0,10
11	Vyšnių kompotas		200	0,29
	Vaisiai			

Mokami
Maitinimas 10.00- - 12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
17	Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)		150	0,08	0,10
10-5/109T	Ryžių plovas su kalakutienos šlaunelių mėsa (tausojantis)		180	1,24	1,61
31	Keptos paukštienos (vištienos) šlaunelės (tausojantis)		100	1,03	1,34
34	Maltas kalakutienos šlaunelių mėsos kepsnys	Kiaušiniai	100	0,97	1,26

	(tausojantis)				
3-3/30T	Miežinių kruopų košė su sviestu (augalinis, tausojantis)	Glitimo turintys javai(miežiai), pieno produktai	100	0,04	0,05
2-1/17A	Raugintų kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)		120	0,25	0,32
57	Pekininiai kopūstai su ridikėliais, agurkais ir jogurto padažu	Pieno produktai	100	0,28	0,36
36	Agurkas		40	0,10	0,13

Valgiaraštį sudarė dietistė Aistė Strakšytė

IGNALINOS R. VIDIŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė
Jūratė Sveikauskienė

V A L G I A R A Š T I S
KETVIRTADIENIS
3 savaitė
6 m.–10 m.
Maitinimas 9.00-10.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
12	Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis, tausojantis)	Glitimo turintys javai (perlinės kruopos)	100	0,04
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03
	Duona		20	0,06
5	Vištienos-grikių troškinys (tausojantis)		140	0,95
1	Kopūstų salotos su svogūnais (augalinis)		75	0,12
11	Morkų salotos su česnaku (augalinis)		75	0,12
7	Džiovintų abrikosų kompotas		200	0,19

11 m. ir vyresni
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
12	Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis, tausojantis)	Glitimo turintys javai (perlinės kruopos)	150	0,09
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03
	Duona		20	0,06
5	Vištienos-grikių troškinys (tausojantis)		200	1,27
1	Kopūstų salotos su svogūnais (augalinis)		100	0,17
11	Morkų salotos su česnaku (augalinis)		100	0,16
7	Džiovintų abrikosų kompotas		200	0,19
	Vaisiai			

Mokami
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
12	Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis, tausojantis)	Glitimo turintys javai (perlinės kruopos)	150	0,09	0,12
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03	0,04
5	Vištienos-grikių troškinys (tausojantis)		200	1,27	1,65
64	Kietųjų kviečių arba pilno grūdo virti makaronai (tausojantis)	Glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai	100	0,10	0,13
34	Maltas paukštienos filė (vištienos)	Kiaušiniai	100	0,91	1,18

	kepsnys (tausojantis)				
1	Kopūstų salotos su svogūnais (augalinis)		100	0,17	0,22
11	Morkų salotos su česnaku (augalinis)		100	0,16	0,21

Valgiaraštį sudarė dietistė Aistė Strakšytė

IGNALINOS R. VIDIŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė
Jūratė Sveikauskienė

V A L G I A R A Š T I S
PENKTADIENIS
3 savaitė
6 m.–10 m.
Maitinimas 9.00-10.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
4-3/61T	Virta bulvių ir brokolių košė (tausojantis)	Pieno produktai	100	0,18
37	Kepta lašišos filė (tausojantis)	Žuvis	75	2,58
31	Daržovių salotos su kmynais (augalinis)		80	0,21
37	Pomidorai		50	0,12
6	Džiovintų slyvų kompotas		200	0,21
	Vaisiai			

11 m. ir vyresni
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
4-3/61T	Virta bulvių ir brokolių košė (tausojantis)	Pieno produktai	125	0,23
37	Kepta lašišos filė (tausojantis)	Žuvis	100	3,44
31	Daržovių salotos su kmynais (augalinis)		100	0,26
37	Pomidorai		50	0,12
6	Džiovintų slyvų kompotas		200	0,21
	Vaisiai			

Mokami
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
1-3/22AT	Rūgštynių sriuba (augalinis, tausojantis)		150	0,12	0,16
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03	0,04
37	Kepta lašišos filė (tausojantis)	Žuvis	100	3,44	4,47
38	Žuvies kepsnys (augalinis, tausojantis)	Žuvis, kiaušiniai	100	1,21	1,57
7-7/162T	Kepti su garais varškėčiai su morkomis (tausojantis)	Pieno produktai, kiaušiniai	220	0,81	1,05
3-4/61T	Virta bulvių ir brokolių košė (tausojantis)	Pieno produktai	125	0,23	0,30
2-3/62A	Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (augalinis)		100	0,15	0,20
37	Pomidorai		50	0,12	0,16
	Grietinė	Pieno produktai	40	0,17	0,22

Valgiaraštį sudarė dietistė Aistė Strakšytė

IGNALINOS R. VIDIŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė
Jūratė Sveikauskienė

V A L G I A R A Š T I S
PIRMADIENIS
4 savaitė
6 m.–10 m.
Maitinimas 9.00-10.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
1-3/39AT	Burokėlių sriuba (augalinis, tausojantis)		100	0,08
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03
11	Kepti kiaulienos gabaliukai (tausojantis)		100/30	1,03
103	Biri ryžių kruopų košė (tausojantis)	Pieno produktai	100	0,10
35	Agurkų, pomidorų salotos su porais (augalinis)		70	0,22
41	Žalieji žirneliai		20	0,05
	Sultys		200	0,25
	Vaisiai			

11 m. ir vyresni
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
1-3/39AT	Burokėlių sriuba (tausojantis)		150	0,12
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03
11	Kepti kiaulienos gabaliukai (tausojantis)		100/30	1,03
103	Biri ryžių kruopų košė (tausojantis)	Pieno produktai	100	0,10
35	Agurkų , pomidorų salotos su porais (augalinis)		100	0,32
41	Žalieji žirneliai		40	0,11
	Sultys		200	0,25
	Vaisiai			

Mokami
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
1-3/39AT	Burokėlių sriuba (tausojantis)		150	0,12	0,16
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03	0,04
11	Kepti kiaulienos gabaliukai (tausojantis)		100/30/30	1,03	1,34
103	Biri ryžių kruopų košė (tausojantis)	Pieno produktai	100	0,10	0,13
28	Kiaulienos maltinukas (tausojantis)	Kiaušiniai	200	0,50	0,65
35	Agurkų, pomidorų salotos su porais (augalinis)		100	0,32	0,42
41	Žalieji žirneliai		40	0,11	0,14

Valgiaraštį sudarė dietistė Aistė Strakšytė

IGNALINOS R. VIDIŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė
Jūratė Sveikauskienė

V A L G I A R A Š T I S
ANTRADIENIS
4 savaitė
6 m.–10 m.
Maitinimas 9.00-10.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
14	Pertrinta daržovių sriuba (augalinis, tausojantis)	Glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai	100	0,15
	Ruginė duona		20	0,06
85	Varškės apkepas (tausojantis)	Glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai, kiaušiniai	150	0,58
	Grietinė	Pieno produktai	20	0,09
14	Trinti bananai su trintomis braškėmis		100	0,32
4	Kakava su pienu	Pienas	200	0,15
	Vaisiai			

11 m. ir vyresni
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
14	Pertrinta daržovių sriuba (augalinis, tausojantis)	Glitimo turintys javai(kviečiai), pieno produktai	150	0,21
	Ruginė duona		20	0,06
85	Varškės apkepas (tausojantis)	Glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai, kiaušiniai	200	0,76
	Grietinė	Pieno produktai	40	0,17
14	Trinti bananai su trintomis braškėmis		100	0,32
4	Kakava su pienu	Pienas	200	0,15
	Vaisiai			

Mokami
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
14	Pertrinta daržovių sriuba (augalinis, tausojantis)	Glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai	150	0,21	0,27
85	Varškės apkepas (tausojantis)	Glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai, kiaušiniai	150	0,61	0,79
	Grietinė	Pieno produktai	40	0,17	0,22
14	Trinti bananai su trintomis braškėmis		100	0,32	0,42
64	Virti pilno grūdo makaronai su sviestu (tausojantis, augalinis)	Glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai	100	0,10	0,13

6-5/101T	Makaronai su daržovių padažu (augalinis)	Glitimo turintys javai (kviečiai), pieno produktai	100	0,18	0,23
9-7/142T	Kepti su garais jūros lydekos kukuliai su morkomis ir kukurūzų kruopomis (tausojantis)	Žuvis, kiaušiniai	100	1,28	1,66
4-5/101AT	Troškintos daržovės (žiediniai kopūstai, šparagai, morkos, bulvės) (augalinis, tausojantis)		160	0,42	0,55
57	Pekininiai kopūstai su ridikėliais, agurkais ir jogurto padažu	Pieno produktai	100	0,28	0,36

Valgiaraštį sudarė dietistė Aistė Strakšytė

IGNALINOS R. VIDIŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė
Jūratė Sveikauskienė

V A L G I A R A Š T I S
TREČIADIENIS
4 savaitė
6 m.–10 m.
Maitinimas 9.00-10.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
17	Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)		100	0.05
	Ruginė duona		20	0.06
62	Kalakutienos-daržovių-ryžių maltinis (tausojantis)	Kiaušiniai	100	1,02
3	Grietinės-pomidorų padažas	Pieno produktai	25	0,07
4-3/65AT	Virtos bulvės (tausojantis)		110	0,08
2-3/63A	Virtų burokėlių salotos su šviežiais obuoliais ir aliejaus padažu (augalinis)		90	0,20
38	Marinuotas agurkas		20	0,06
1	Arbata		200	0,01
	Vaisiai			

11 m. ir vyresni
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
17	Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)		150	0,08
62	Kalakutienos-daržovių, ryžių maltinis (tausojantis)	Kiaušiniai	150	1,53
3	Grietinės-pomidorų padažas	Pieno produktai	50	0,14
4-3/65AT	Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)		110	0,08
2-3/63A	Virtų burokėlių salotos su šviežiais obuoliais ir aliejaus padažu (augalinis)		90	0,20
38	Marinuotas agurkas		40	0,12
1	Arbata		200	0,01
	Vaisiai			

Mokami
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
17	Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)		150	0.08	0.10
62	Kalakutienos-daržovių-ryžių maltinis (tausojantis)	Kiaušiniai	100	1,02	1,33

63	Balandėliai su mėsa (kalakutiena) (tausojantis)	Kiaušiniai	200	0,54	0,70
34	Maltas paukštienos filė (vištiena) kepsnys (tausojantis)	Kiaušiniai	100	0,91	1,18
4-3/65AT	Virtos bulvės (augalinis, tausojantis)		110	0,08	0,10
2-3/63A	Virtų burokėlių salotos su šviežiais obuoliais ir aliejaus padažu (augalinis)		90	0,20	0,26
38	Marinuotas agurkas		40	0,12	0,16
3	Pomidorų ir grietinės padažas	Pieno produktai	50	0,14	0,18

Valgiaraštį sudarė dietistė Aistė Strakšytė

IGNALINOS R. VIDIŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė
Jūratė Sveikauskienė

V A L G I A R A Š T I S
KETVIRTADIENIS
4 savaitė
6 m.–10 m.
Maitinimas 9.00-10.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
1-3/22AT	Rūgštynių sriuba (augalinis, tausojantis)		100	0,08
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03
	Ruginė duona		20	0,06
10-5/105T	Vištienos šlaunelių mėsos guliašas pomidorų tyrėje (tausojantis)		160	0,66
3-3/30T	Miežinių kruopų košė su sviestu (augalinis, tausojantis)	Glitimo turintys javai (miežiai), pieno produktai	100	0,04
6	Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos (augalinis)		75	0,12
41	Agurkas		40	0,10
11	Vyšnių kompotas		200	0,29
	Vaisiai			

11 m. ir vyresni
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
1-3/22AT	Rūgštynių sriuba (augalinis, tausojantis)		150	0,12
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03
	Ruginė duona		20	0,06
1-5/105T	Vištienos šlaunelių mėsos guliašas pomidorų tyrėje (tausojantis)		160	0,66
3-3/30T	Miežinių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	Glitimo turintys javai (miežiai), pieno produktai	100	0,04
6	Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos (augalinis)		100	0,17
41	Agurkas		40	0,10
11	Vyšnių kompotas		200	0,29
	Vaisiai			

Mokami
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
1-3/22AT	Rūgštynių sriuba (augalinis, tausojantis)		150	0,12	0,16
	Grietinė	Pieno produktai	10	0,03	0,04

1-5/105T	Vištienos šlaunelių mėsos guliašas pomidorų tyrėje (tausojantis)		160	0,66	0,86
3-3/30T	Miežinių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	Glitimo turintys javai (miežiai), pieno produktai	100	0,04	0,05
31	Keptos paukštienos (vištienos) šlaunelės (tausojantis)		100	1,03	1,34
34	Maltas kalakutienos šlaunelių mėsos kepsnys (tausojantis)	Kiaušiniai	100	0,97	1,26
6	Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos (augalinis)		100	0,17	0,22
41	Agurkas		80	0,20	0,26

Valgiaraštį sudarė dietistė Aistė Strakšytė

IGNALINOS R. VIDIŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU
Direktorė
Jūratė Sveikauskienė

V A L G I A R A Š T I S
PENKTADIENIS
4 savaitė
6 m.–10 m.
Maitinimas 9.00-10.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
9-8/162T	Orkaitėje kepti maltos žuvies (jūros lydekos) kotletai (tausojantis)	Žuvis, kiaušiniai, glitimo turintys javai (avižos)	90	1,27
2	Bulvių košė su sviestu be pieno (tausojantis)	Pieno produktai	110	0,09
2-3/60A	Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis)		70	0,13
37	Pomidoras		25	0,06
6	Džiovintų slyvų kompotas		200	0,21
	Vaisiai			

11 m. ir vyresni
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur
9-8/162T	Orkaitėje kepti maltos žuvies (jūros lydekos) kotletai (tausojantis)	Žuvis, kiaušiniai, glitimo turintys javai (avižos)	110	1,55
2	Bulvių košė su sviestu be pieno (tausojantis)	Pieno produktai	110	0,09
2-3/60A	Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis)		70	0,13
37	Pomidoras		50	0,12
6	Džiovintų slyvų kompotas		200	0,21
	Vaisiai			

Mokami
Maitinimas 10.00-12.00 val.

Rp. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
1-3/30AT	Žirnių sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)		150	0,16	0,21
9-8/162T	Orkaitėje kepti maltos žuvies (jūros lydekos) kotletai (tausojantis)	Žuvis, kiaušiniai, glitimo turintys javai (avižos)	90	1,27	1,65
14-6/120A	Morkų, svogūnų ir česnakų padažas su ciberžole (augalinis)		50	0,07	0,09
2	Bulvių košė su sviestu be pieno (tausojantis)	Pieno produktai	110	0,09	0,12
85	Varškės apkepas	Pieno produktai	150	0,58	0,75
	Grietinė	Pieno produktai	40	0,17	0,22

2-3/60A	Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis)		70	0,13	0,17
37	Pomidoras		50	0,12	0,16
38	Žuvies kepsnys (augalinis, tausojantis)	Žuvis, kiaušiniai	100	1,21	1,57

Valgiaraštį sudarė dietistė Aistė Strakšytė