

**IGNALINOS R. VIDYŠKIŲ GIMNAZIJA**

TVIRTINU  
Direktorė  
Jūratė Sveikauskienė

**V A L G I A R A Š T I S**  
**PIRMADIENIS**  
1 savaitė

**6 m.–10 m.**

<b>Eil. Nr.</b>	<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Alergenai</b>	<b>Išėiga g.</b>	<b>Kaina Eur</b>
1	Šviežių kopūstų sriuba (augalinis, tausojantis)		100	0,06
2	Grietinė	Grietinė	10	0,04
3	Ruginė duona		20	0,04
4	Pilno grūdo makaronai su kiaušiena(tausojantis)	Pilno grūdo makaronai	150	0,81
5	Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis(augalinis)		75	0,14
6	Šviežias pomidoras		25	0,06
7	Nesaldinta žolelių arbata		150	0,22
8	Vaisiai			

**11 m. ir vyresni**

<b>Eil. Nr.</b>	<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Alergenai</b>	<b>Išėiga g.</b>	<b>Kaina Eur</b>
1	Pilno grūdo makaronai su kiaušiena(tausojantis)	Pilno grūdo makaronai	200	1,08
3	Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis(augalinis)		100	0,19
4	Šviežias pomidoras		25	0,06
5	Nesaldinta žolelių arbata		150	0,22
6	Vaisiai			

**Mokami**

<b>Eil. Nr.</b>	<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Alergenai</b>	<b>Išėiga g.</b>	<b>Kaina Eur</b>	<b>Kaina Eur 30%</b>
1	Šviežių kopūstų sriuba (augalinis, tausojantis)		150	0,09	0,12
2	Grietinė	Grietinė	10	0,04	0,05
3	Pilno grūdo makaronai su kiaušiena(tausojantis)	Pilno grūdo makaronai	200	1,08	1,40
4	Troškinta kiaušiena su padažu(tausojantis)		160	1,00	1,30
5	Virti pilno grūdo makaronai su sviestu(tausojantis)	Pilno grūdo makaronai, sviestas	100	0,14	0,18
6	Virtos pieniškos dešrelės		100	0,54	0,70
7	Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis(augalinis)		100	0,19	0,25
8	Šviežias pomidoras		25	0,06	0,08

**IGNALINOS R. VIDYŠKIŲ GIMNAZIJA**

TVIRTINU  
Direktorė  
Jūratė Sveikauskienė

**V A L G I A R A Š T I S**  
**PIRMADIENIS**  
2 savaitė

**6 m.–10 m.**

<b>Eil. Nr.</b>	<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Alergenai</b>	<b>Išėiga g.</b>	<b>Kaina Eur</b>
1	Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)		100	0,06
2	Grietinė	Grietinė	10	0,04
3	Kepti vištienos gabaliukai (tausojantis)		130	1,17
4	Pomidorų padažas		30	0,10
5	Biri ryžių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	Sviestas	75	0,08
6	Agurkų salotos su porais (augalinis)		70	0,27
7	Konservuoti žali žirneliai		20	0,12
8	Sultys (be pridėtinio cukraus)		200	0,29
9	Vaisiai			

**11 m. ir vyresni**

<b>Eil. Nr.</b>	<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Alergenai</b>	<b>Išėiga g.</b>	<b>Kaina Eur</b>
1	Kepti vištienos gabaliukai (tausojantis)		130	1,17
2	Pomidorų padažas		30	0,10
3	Biri ryžių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	Sviestas	100	0,10
4	Agurkų salotos su porais (augalinis)		80	0,30
5	Konservuoti žali žirneliai		20	0,12
6	Sultys (be pridėtinio cukraus)		200	0,29
7	Vaisiai			

**Mokami**

<b>Eil. Nr.</b>	<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Alergenai</b>	<b>Išėiga g.</b>	<b>Kaina Eur</b>	<b>Kaina Eur 30%</b>
1	Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis(augalinis,tausojantis)		150	0,09	0,12
2	Grietinė	Grietinė	10	0,04	0,05
3	Kepti vištienos gabaliukai (tausojantis)		130	1,17	1,52
4	Maltas vištienos kepsnys (tausojantis)	Kiaušinis	100	0,82	1,07
5	Biri ryžių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	Sviestas	100	0,10	0,13
6	Pomidorų padažas		30	0,10	0,13
7	Agurkų salotos su porais (augalinis)		100	0,38	0,49
8	Konservuoti žali žirneliai		20	0,12	0,16

# IGNALINOS R. VIDYŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU  
Direktorė  
Jūratė Sveikauskienė

## VALGIARAŠTIS PIRMADIENIS 3 savaitė

**6 m.–10 m.**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiša g.	Kaina Eur
1	Rūgštynių sriuba(augalinis,tausojantis)		100	0,14
2	Grietinė	Grietinė	10	0,04
3	Ruginė duona		20	0,04
4	Kepti kiaulienos gabaliukai(tausojantis)		130/30/30	1,11
5	Ryžių košė su sviestu(tausojantis)	Sviestas	75	0,07
6	Agurkų, pomidorų salotos su porais(augalinis)		70	0,25
7	Marinuotas agurkas		20	0,13
8	Arbata (be cukraus)		200	0,01
9	Vaisiai			

**11 m. ir vyresni**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiša g.	Kaina Eur
1	Rūgštynių sriuba(augalinis, tausojantis)		150	0,18
2	Grietinė	Grietinė	10	0,04
3	Kepti kiaulienos gabaliukai (tausojantis)		100/30/30	1,11
4	Ryžių košė su sviestu(tausojantis)	Sviestas	100	0,10
5	Agurkų ,pomidorų salotos su porais(augalinis)		80	0,29
6	Marinuotas agurkas		40	0,26
7	Arbata (be cukraus)		200	0,01
8	Vaisiai			

**Mokami**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išeiša g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
1	Rūgštynių sriuba(augalinis, tausojantis)		150	0,18	0,23
2	Grietinė	Grietinė	10	0,04	0,05
3	Kepti kiaulienos gabaliukai(tausojantis)		100/30/30	1,11	1,44
4	Ryžių košė su sviestu(tausojantis)	Sviestas	100	0,10	0,13
5	Kiaulienos kotletas (tausojantis)	Kiaušiniai	100	0,51	0,66
6	Virtos pieno dešrelės		100	0,54	0,70
7	Agurkų, pomidorų salotos su porais		100	0,36	0,47
8	Marinuotas agurkas		20	0,13	0,17

# IGNALINOS R. VIDYŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU  
Direktorė  
Jūratė Sveikauskienė

## VALGIARAŠTIS

PIRMADIENIS

4 savaitė

**6 m.–10 m.**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur
1	Agurkų sriuba(augalinis, tausojantis)	Perlinės kr.	100	0,06
2	Grietinė	Grietinė	10	0,04
3	Ruginė duona		20	0,04
4	Kiaulienos troškiny su pupelėmis (tausojantis)		130	0,74
5	Marinuotų burokėlių salotos		50	0,21
6	Agurkas		20	0,05
7	Vaisiai			

**11 m. ir vyresni**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur
1	Agurkų sriuba (augalinis, tausojantis)	Perlinės kr.	150	0,08
2	Grietinė	Grietinė	10	0,04
3	Kiaulienos troškiny su pupelėmis (tausojantis)		175	1,04
4	Marinuotų burokėlių salotos		90	0,38
5	Agurkas		40	0,10
6	Vaisiai			

**Mokami**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
1	Agurkų sriuba(augalinis, tausojantis)	Perlinės kr.	150	0,08	0,10
2	Grietinė	Grietinė	10	0,04	0,05
3	Keptos vištienos šlaunelės(tausojantis)		100	1,20	1,56
4	Maltas kiaulienos kepsnys(tausojantis)	Kiaušiniai	100	0,64	0,83
5	Kiaulienos troškiny su pupelėmis (augalinis, tausojantis)		175	1,04	1,35
6	Virti pilno grūdo makaronai su sviestu(tausojantis)	Sviestas,makaronai	100	0,14	0,18
7	Marinuotų burokėlių salotos		60	0,26	0,34
8	Agurkas		40	0,10	0,13

# IGNALINOS R. VIDYŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU  
Direktorė  
Jūratė Sveikauskienė

## VALGIARAŠTIS ANTRADIENIS 1 savaitė

6 m.–10 m.

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išiga g.	Kaina Eur
1	Agurkų sriuba (augalinis, tausojantis)	Perlinės kruopos	100	0,06
2	Grietinė	Grietinė	10	0,04
3	Ruginė duona		20	0,04
4	Grietinėėje troškinta vištiena su morkomis(tausojantis)	Grietinėle	120	0,72
5	Miežinių kruopų košė su sviestu(tausojantis)	Miežinės kr. sviestas	100	0,04
6	Kopūstų , agurkų salotos(augalinis)		70	0,20
7	Konservuoti žalieji žirneliai		20	0,12
8	Vaisiai			

11 m. ir vyresni

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išiga g.	Kaina Eur
1	Grietinėėje troškinta vištiena su morkomis(tausojantis)	Grietinėle	180	1,08
2	Miežinių kruopų košė su sviestu(tausojantis)	Miežinės kr. sviestas	100	0,04
3	Kopūstų , agurkų salotos(augalinis)		80	0,23
4	Konservuoti žalieji žirneliai		40	0,24
5	Vaisiai			

Mokami

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
1	Agurkų sriuba(augalinis, tausojantis)	Perlinės kr.	150	0,08	0,10
2	Grietinė	Grietinė	10	0,04	0,05
3	Grietinėėje troškinta vištiena su morkomis(tausojantis)	Grietinėle	120	0,72	0,94
4	Kepta vištienos filė(tausojantis)	Kiaušinis	100	0,82	1,07
5	Miežinių kruopų košė su sviestu(tausojantis)	Sviestas	100	0,04	0,05
6	Lietiniai blynai su mėsa(tausojantis/augalinis)	Kvietiniai miltai, pienas, kiaušiniai	150	0,53	0,69
7	Grietinė	Grietinė	40	0,20	0,26
8	Kopūstų , agurkų salotos(augalinis)		80	0,23	0,30
9	Konservuoti žalieji žirneliai		20	0,12	0,16

# IGNALINOS R. VIDYŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU  
Direktorė  
Jūratė Sveikauskienė

## VALGIARAŠTIS ANTRADIENIS 2 savaitė

**6 m.–10 m.**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išei- ga g.	Kaina Eur
1	Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis, tausojantis)		100	0,07
2	Grietinė	Grietinė	10	0,04
3	Kiaulienos maltinukas (tausojantis)	Kiaušinis	100	0,54
4	Perlinių kruopų košė su morkomis, svogūnais(augalinis, tausojantis)	Perlines kr.	75	0,04
5	Pekino kopūsto salotos su porais, agurkais (augalinis)		70	0,24
6	Šviežias pomidoras		25	0,06
7	Jogurtas (įvairių skonių)	Jogurtas	125	0,42
8	Vaisiai			

**11 m. ir vyresni**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išei- ga g.	Kaina Eur
1	Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis, tausojantis)		150	0,10
2	Grietinė	Grietinė	10	0,04
3	Kiaulienos maltinukas (tausojantis)	Kiaušinis	150	0,80
4	Perlinių kruopų košė su morkomis ,svogūnais (augalinis, tausojantis)	Perlines kr.	100	0,05
5	Pekino kopūsto salotos su porais, agurkais (augalinis)		80	0,27
6	Šviežias pomidoras		25	0,06
7	Jogurtas (įvairių skonių)	Jogurtas	125	0,42
8	Vaisiai			

**Mokami**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išei- ga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
1	Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (augalinis, tausojantis)		150	0,10	0,13
2	Grietinė	Grietinė	10	0,04	0,05
3	Kiaulienos maltinukas (tausojantis)	Kiaušinis	100	0,54	0,70
4	Perlinių kruopų košė su morkomis, svogūnais (augalinis, tausojantis)	Perlines kr.	100	0,05	0,07
5	Kiaulienos suktinukai su vištienos įdaru(tausojantis)	Kiaušinis	100	0,83	1,08
6	Pekino kopūsto salotos su porais, agurkais (augalinis)		70	0,24	0,31
7	Šviežias pomidoras		25	0,06	0,08

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.**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur
1	Bulvių sriuba su mėsos kukuliais (augalinis,tausojantis)	Kvietiniai miltai, kiaušinis	100	0,12
2	Ruginė duona		20	0,06
3	Varškės apkepas su razinomis(tausojantis)	Varškė, kiaušinis, manų kruopos	125	0,64
4	Grietinė	Grietinė	20	0,10
5	Mėlynių uogienė		30	0,18
6	Sultys		200	0,29
7	Vaisiai			

**11 m. ir vyresni**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur
1	Bulvių sriuba su mėsos kukuliais (augalinis, tausojantis)	Kvietiniai miltai, kiaušinis	150	0,19
2	Ruginė duona		20	0,06
3	Varškės apkepas su razinomis(tausojantis)	Varškė, kiaušinis, manų kruopos	200	1,01
4	Grietinė	Grietinė	40	0,20
5	Mėlynių uogienė		30	0,18
6	Sultys		200	0,29
7	Vaisiai			

**Mokami**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
1	Bulvių sriuba su mėsos kukuliais (augalinis, tausojantis)	Kvietiniai miltai, kiaušinis	150	0,19	0,25
2	Ruginė duona		20	0,04	0,05
3	Kiaulienos maltinis su sūrio ir kiaušinio įdaru(tausojantis)	Kiaušinis, sūris	120	0,95	1,24
4	Virti pilno grūdo makaronai su sviestu (tausojantis, augalinis)	Makaronai, sviestas	100	0,14	0,18
5	Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos(augalinis)		100	0,20	0,26
6	Varškės apkepas su razinomis(tausojantis)	Varškė, kiaušinis, pienas, manų kruopos	125	0,64	0,83
7	Kaimiški blynai su mėlynių uogiene(augalinis,tausojantis)	Kefyras, kvietiniai miltai, kiaušinis	200/30	0,90	1,17
8	Grietinė	Grietinė	20	0,10	0,13

IGNALINOS R. VIDYŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU:  
Direktorė  
Jūratė Sveikauskienė

**V A L G I A R A Š T I S**  
ANTRADIENIS  
4 savaitė

**6m.–10m.**

Eil. Nr	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur
1	Burokėlių sriuba(augalinis,tausojantis)		100	0,09
2	Grietinė	Grietinė	10	0,04
3	Ruginė duona		20	0,04
4	Ryžių plovos su kalakutiena(tausojantis)		120	0,65
5	Kopūstų , agurkų salotos(augalinis)		70	0,20
6	Šviežias pomidoras		25	0,06
7	Vaisiai			

**11 m. ir vyresni**

Eil. Nr	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur
1	Burokėlių sriuba (augalinis,tausojantis)		150	0,13
2	Grietinė	Grietinė	10	0,04
3	Ruginė duona		20	0,04
4	Ryžių plovos su kalakutiena (tausojantis)		180	0,98
6	Kopūstų, agurkų salotos(augalinis)		90	0,26
7	Šviežias pomidoras		25	0,06
8	Vaisiai			

**Mokami**

Eil. Nr	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
1	Burokėlių sriuba (augalinis,tausojantis)		150	0,13	0,17
2	Grietinė	Grietinė	10	0,04	0,05
3	Ryžių plovos su kalakutiena (tausojantis)		180	0,98	1,27
4	Maltas kalakutienos kepsnys (tausojantis)	Kiaušinis	100	0,79	1,03
5	Kiaulienos (nugarinės) kepsnys (tausojantis)	Kiaušinis	100	0,82	1,07
6	Miežinių kruopų košė(augalinis,tausojantis)	Miežinės kruopos	100	0,04	0,05
7	Kopūstų, agurkų salotos(augalinis)		100	0,28	0,36
8	Šviežias pomidoras		25	0,06	0,08



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.**

<b>Eil. Nr.</b>	<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Alergenai</b>	<b>Išėiga g.</b>	<b>Kaina Eur</b>
1	Žirnių sriuba su bulvėmis(augalinis, tausojantis)		100	0,07
2	Ruginė duona		20	0,04
3	Kalakutienos ir daržovių troškiny (tausojantis)	Kvietiniai miltai	200	0,64
4	Pekino kopūsto salotos su porais, agurkais(augalinis)		50	0,17
5	Marinuotas agurkas		20	0,13
6	Sūrio lazdelės		20	0,32
7	Vaisiai			

**11 m. ir vyresni**

<b>Eil. Nr.</b>	<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Alergenai</b>	<b>Išėiga g.</b>	<b>Kaina Eur</b>
1	Žirnių sriuba(augalinis, tausojantis)		100	0,07
2	Kalakutienos ir daržovių troškiny (tausojantis)	Kvietiniai miltai	240	0,76
3	Pekino kopūsto salotos su porais, agurkais(augalinis)		80	0,27
4	Marinuotas agurkas		40	0,26
5	Sūrio lazdelės		20	0,32
6	Vaisiai			

**Mokami**

<b>Eil. Nr.</b>	<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Alergenai</b>	<b>Išėiga g.</b>	<b>Kaina Eur</b>	<b>Kaina Eur 30%</b>
1	Žirnių sriuba (augalinis, tausojantis)		150	0,10	0,13
2	Kalakutienos ir daržovių troškiny (tausojantis)	Kvietiniai miltai	240	0,76	0,99
3	Virtos bulvės(tausojantis)		110	0,10	0,13
4	Maltas kalakutienos kepsnys (tausojantis)	Kiaušinis	100	0,79	1,03
5	Kiaulienos-daržovių-ryžių maltinis(tausojantis)	Kiaušinis	100	0,62	0,81
6	Pekino kopūsto salotos su porais, agurkais(augalinis)		80	0,27	0,35
7	Marinuotas agurkas		20	0,13	0,17

IGNALINOS R. VIDYŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU  
Direktorė  
Jūratė Sveikauskienė

VALGIARAŠTIS  
TREČIADIENIS  
2 savaitė

6 m.–10 m.

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur
1	Žiedinių kopūstų sriuba(augalinis, tausojantis)		100	0,19
2	Varškės apkepas(tausojantis)	Kiaušiniai,varškė pienas.manų kr,	150	0,60
3	Grietinė	Grietinė	20	0,10
4	Vyšnių uogienė		30	0,18
5	Razinų kompotas		200	0,17
6	Sūrio lazdelės		20	0,32
7	Vaisiai			

11 m. ir vyresni

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur
1	Varškės apkepas	Varškė,manų kr.pienas,kiaušiniai	220	0,79
2	Grietinė	Grietinė	40	0,20
3	Vyšnių uogienė		30	0,18
4	Razinų kompotas		200	0,17
5	Sūrio lazdelės		20	0,32
6	Vaisiai			

Mokami

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
1	Žiedinių kopūstų sriuba(augalinis, tausojantis)		150	0,29	0,38
3	Varškės apkepas(tausojantis)	Varškė, kiaušinis,pienas.manų kr	150	0,60	0,78
4	Vyšnių uogienė		30	0,18	0,23
5	Grietinė	Grietinė	40	0,20	0,26
6	Virtų bulvių blynai su mėsos įdaru(augalinis,tausojantis)	Kiaušinis	200	0,61	0,79
7	Sviesto-grietinės padažas	Grietinė, sviestas	50	0,34	0,44
8	Virtos pieniškos dešrelės		100	0,54	0,70
9	Grikių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis, augalinis)		75	0,23	0,30
10	Marinuotas agurkas		40	0,16	0,21

IGNALINOS R. VIDYŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU  
Direktorė  
Jūratė Sveikauskienė

**V A L G I A R A Š T I S**  
**TREČIADIENIS**  
3 savaitė

**6 m.–10 m.**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur
1	Pertrinta daržovių sriuba(tausojantis)	Grietinė, sviestas	150	0,23
2	Duona		20	0,04
3	Vištienos šlaunelių guliašas pomidorų tyrėje(tausojantis)		120	0,60
4	Grikių košė (tausojantis)		75	0,12
5	Daržovių salotos su paprikomis (augalinis)		50	0,15
6	Agurkas		20	0,05
7	Vaisiai			

**11 m. ir vyresni**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur
1	Pertrinta daržovių sriuba(tausojantis)	Grietinė, sviestas	150	0,23
2	Vištienos šlaunelių guliašas pomidoru tyrėje(tausojantis)		160	0,80
3	Grikių košė (tausojantis)		90	0,14
4	Daržovių salotos su paprikomis (augalinis)		80	0,23
5	Agurkas		40	0,10
6	Vaisiai			

**Mokami**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
1	Pertrinta daržovių sriuba(tausojantis)	Grietinė, sviestas	150	0,23	0,30
2	Keptos vištienos šlaunelės(tausojantis)		100	1,20	1,56
3	Vištienos šlaunelių guliašas pomidorų tyrėje(tausojantis)		160	0,80	1,04
4	Grikių košė(tausojantis)		90	0,14	0,18
5	Bulvių plokštainis (tausojantis, augalinis)	Pienas	200	0,27	0,35
6	Grietinė	Grietinė	40	0,16	0,21
7	Daržovių salotos su paprikomis (augalinis)		80	0,23	0,30
8	Agurkas		40	0,10	0,13

**V A L G I A R A Š T I S**  
**TREČIADIENIS**  
4 savaitė

**6 m.–10 m.**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išiega g.	Kaina Eur
1	Žirnių sriuba su bulvėmis(augalinis,tausojantis)		100	0,07
2	Duona		20	0,04
3	Daržovių troškiny su dešrelėmis (tausojantis)		150	0,55
5	Brokolių salotos su pomidorais, džiovintomis spanguolėmis ,svogūnais(augalinis)		60	0,50
6	Marinuotas agurkas		20	0,13
7	Sultys		200	0,29

**11 m. ir vyresni**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išiega g.	Kaina Eur
1	Žirnių sriuba (augalinis ,tausojantis)		100	0,07
2	Daržovių troškiny su dešrelėmis (tausojantis)		200	0,73
3	Brokolių salotos su džiovintomis spanguolėmis , svogūnais(augalinis)		80	0,66
4	Marinuotas agurkas		40	0,26
5	Sultys		200	0,29
6	Vaisiai			

**Mokami**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išiega g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
1	Žirnių sriuba(augalinis,tausojantis)		150	0,10	0,13
2	Duona		20	0,04	0,05
3	Daržovių troškiny su dešrelėmis(tausojantis)		200	0,73	0,95
4	Lietiniai blynai su mėsa	Kv.miltai kiaušinis,pienas	150	0,53	0,69
5	Lietiniai blynai su varškė	Kv. miltai,kiaušiniai, varškė	150	0,42	0,55
6	Brokolių salotos su džiovintomis spanguolėmis, svogūnais(augalinis)		60	0,50	0,65
7	Marinuotas agurkas		40	0,26	0,34

**V A L G I A R A Š T I S**  
**TREČIADIENIS**  
4 savaitė

**6 m.–10 m.**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išiega g.	Kaina Eur
1	Žirnių sriuba su bulvėmis(augalinis,tausojantis)		100	0,07
2	Duona		20	0,04
3	Daržovių troškiny su dešrelėmis (tausojantis)		150	0,55
5	Brokolių salotos su pomidorais, džiovintomis spanguolėmis ,svogūnais(augalinis)		60	0,50
6	Marinuotas agurkas		20	0,13
7	Sultys		200	0,29

**11 m. ir vyresni**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išiega g.	Kaina Eur
1	Žirnių sriuba (augalinis ,tausojantis)		100	0,07
2	Daržovių troškiny su dešrelėmis (tausojantis)		200	0,73
3	Brokolių salotos su džiovintomis spanguolėmis , svogūnais(augalinis)		80	0,66
4	Marinuotas agurkas		40	0,26
5	Sultys		200	0,29
6	Vaisiai			

**Mokami**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išiega g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
1	Žirnių sriuba(augalinis,tausojantis)		150	0,10	0,13
2	Duona		20	0,04	0,05
3	Daržovių troškiny su dešrelėmis(tausojantis)		200	0,73	0,95
4	Lietiniai blynai su mėsa	Kv.miltai kiaušinis,pienas	150	0,53	0,69
5	Lietiniai blynai su varškė	Kv. miltai,kiaušiniai, varškė	150	0,42	0,55
6	Brokolių salotos su džiovintomis spanguolėmis, svogūnais(augalinis)		60	0,50	0,65
7	Marinuotas agurkas		40	0,26	0,34

IGNALINOS R. VIDYŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU  
Direktorė  
Jūratė Sveikauskienė

**V A L G I A R A Š T I S**  
**K E T V I R T A D I E N I S**

2 savaitė

**6 m.–10 m.**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur
1	Žirnių sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)		150	0,09
2	Ruginė duona		20	0,06
3	Troškinta kiauliena su padažu(tausojantis)	Grietinė	120	0,75
4	Miežinių kruopų košė(augalinis,tausojantis)	Miežinės kruopos	75	0,03
5	Salotos su džiovintomis spanguolėmis(augalinis)	Moliūgų sėklos	70	0,24
6	Šviežias agurkas		40	0,10
7	Arbata (be cukraus)		200	0,01
8	Vaisiai			

**11 m. ir vyresni**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur
1	Žirnių sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)		150	0,09
2	Ruginė duona		20	0,06
3	Troškinta kiauliena su padažu(tausojantis)	Grietinė	160	1,00
4	Miežinių kruopų košė(augalinis,tausojantis)	Miežinės kruopos	100	0,04
5	Salotos su džiovintomis spanguolėmis(augalinis)	Moliūgų sėklos	90	0,31
6	Šviežias agurkas		20	0,05
7	Arbata (be cukraus)		200	0,01
8	Vaisiai			

**Mokami**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
1	Žirnių sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis)		150	0,09	0,12
2	Miežinių kruopų košė(augalinis,tausojantis)	Miežinės kruopos	100	0,04	0,05
3	Maltas kalakutienos kepsnys(tausojantis)	Kiaušinis	100	0,79	1,03
4	Troškinta kiauliena su padažu(tausojantis)	Grietinė	160	1,00	1,30
5	Salotos su džiovintomis spanguolėmis(augalinis)	Moliūgų sėklos	90	0,31	0,40
6	Šviežias agurkas		40	0,10	0,13

**IGNALINOS R. VIDYŠKIŲ GIMNAZIJA**

TVIRTINU

Direktorė

Jūratė Sveikauskienė

**V A L G I A R A Š T I S**

KETVIRTADIENIS

3 savaitė

**6 m.–10 m.**

<b>Eil. Nr.</b>	<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Alergenai</b>	<b>Išėiga g.</b>	<b>Kaina Eur</b>
1	Pupelių sriuba(augalinis,tausojantis)		100	0.06
2	Grietinė	Grietinė	10	0.04
3	Ruginė duona		20	0.04
4	Kalakutienos-daržovių-ryžių maltinis(tausojantis)	Kiaušinis	100	0,82
5	Grietinės-pomidorų padažas	Grietinė	25	0,09
6	Virtos bulvės(tausojantis)		90	0,08
7	Burokėlių salotos su obuoliais(augalinis)		90	0,22
8	Marinuotas agurkas		20	0,13
9	Vaisiai			

**11 m. ir vyresni**

<b>Eil. Nr.</b>	<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Alergenai</b>	<b>Išėiga g.</b>	<b>Kaina Eur</b>
1	Kalakutienos-daržovių-ryžių maltinis(tausojantis)	Kiaušinis	150	1,22
2	Grietinės-pomidorų padažas	Grietinė	50	0,17
3	Virtos bulvės(tausojantis)		110	0,10
4	Burokėlių salotos su obuoliais(augalinis)		90	0,22
5	Marinuotas agurkas		40	0,26
6	Vaisiai			

**Mokami**

<b>Eil. Nr.</b>	<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Alergenai</b>	<b>Išėiga g.</b>	<b>Kaina Eur</b>	<b>Kaina Eur 30%</b>
1	Pupelių sriuba(augalinis,tausojantis)		150	0.08	0.10
2	Grietinė	Grietinė	10	0.04	0.05
3	Kalakutienos-daržovių-ryžių maltinis(tausojantis)	Kiaušinis	100	0,82	1,07
4	Balandėliai su mėsa (kiauliena) (tausojantis)	Kiaušinis	200	0,62	0,81
5	Virtos bulvės(tausojantis)		110	0,10	0,13
6	Burokėlių salotos su obuoliais(augalinis)		90	0,22	0,29
7	Marinuotas agurkas		40	0,26	0,34
8	Pomidorų ir grietinės padažas	Grietinė	50	0,17	0,22

**IGNALINOS R. VIDYŠKIŲ GIMNAZIJA**

TVIRTINU  
Direktorė  
Jūratė Sveikauskienė

**V A L G I A R A Š T I S**  
**KETVIRTADIENIS**  
4 savaitė

**6 m.–10 m.**

<b>Eil. Nr.</b>	<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Alergenai</b>	<b>Išėiga g.</b>	<b>Kaina Eur</b>
1	Pieniška miežinių kruopų sriuba(tausojantis)	Pienas, sviestas, miežinės kruopos	100	0,07
2	Varškės apkepas (tausojantis)	Kiaušinis, manų kr.pienas, varškė	150	0,60
3	Šaldytos vyšnios		50	0,23
4	Grietinė	Grietinė	20	0,10
5	Razinų kompotas (be cukraus)		200	0,17
6	Vaisiai			

**11 m. ir vyresni**

<b>Eil. Nr.</b>	<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Alergenai</b>	<b>Išėiga g.</b>	<b>Kaina Eur</b>
1	Varškės apkepas (tausojantis)	Kiaušinis,pienas, manų kr. varškė	220	0,79
2	Grietinė	Grietinė	40	0,20
3	Šaldytos vyšnios		50	0,23
4	Razinų kompotas (be cukraus)		200	0,17
5	Vaisiai			

**Mokami**

<b>Eil. Nr.</b>	<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Alergenai</b>	<b>Išėiga g.</b>	<b>Kaina Eur</b>	<b>Kaina Eur 30%</b>
1	Pieniška miežinių kruopų sriuba(tausojantis)	Pienas, sviestas, miežinės kr.	150	0,11	0,14
2	Kepti varškėčiai(tausojantis)	Kiaušinis, kvietiniai miltai,varškė	150	0,64	0,83
3	Varškės apkepas (tausojantis)	Varškė,kiaušinis,pienas, manų kr.	150	0,60	0,78
4	Šaldytos vyšnios		50	0,23	0,30
5	Grietinė	Grietinė	20	0,10	0,13
6	Kiaulienos maltinukas	Kiaušiniai	100	0,54	0,70
7	Grikių košė (tausojantis)		75	0,12	0,16
8	Kopūstų salotos su pomidorais, agurkais ir porais(augalinis)		100	0,26	0,34
9	Konservuoti žalieji žirneliai		20	0,12	0,16



# IGNALINOS R. VIDYŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU  
Direktorė  
Jūratė Sveikauskienė

## VALGIARAŠTIS PENKTADIENIS 1 savaitė

**6 m.–10 m.**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išreiga g.	Kaina Eur
1	Žuvies maltinis(tausojantis)	Žuvis, kiaušinis	100	0,83
2	Bulvių košė su morkomis (tausojantis)	Pienas, sviestas 82%	100	0,10
3	Grietinės padažas	Grietinė	30	0,10
4	Morkų salotos su česnakais(augalinis)		70	0,14
5	Šviežias pomidoras		25	0,06
6	Arbata be cukraus		200	0,01
7	Vaisiai			

**11 m. ir vyresni**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išreiga g.	Kaina Eur
1	Žuvies maltinis(tausojantis)	Žuvis, kiaušinis	150	1,24
2	Bulvių košė su morkomis (tausojantis)	Pienas, sviestas 82%	125	0,12
3	Grietinės padažas	Grietinė	30	0,10
4	Morkų salotos su česnakais(augalinis)		90	0,18
5	Šviežias pomidoras		50	0,12
6	Arbata be cukraus		200	0,01
7	Vaisiai			

**Mokami**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išreiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
1	Pupelių sriuba(augalinis, tausojantis)		150	0,08	0,10
2	Grietinė	Grietinė	10	0,04	0,05
3	Žuvies maltinis(tausojantis)	Žuvis, kiaušinis	100	0,83	1,08
4	Žuvies kepsnys (augalinis)	Kvietiniai miltai, kiaušinis, žuvis	100	0,97	1,26
5	Bulvių košė su morkomis (tausojantis)	Pienas, sviestas	100	0,10	0,13
6	Grietinės padažas	Grietinė	30	0,10	0,13
7	Kiaulienos maltinukas(tausojantis)	Kiaušinis	100	0,54	0,70
8	Morkų salotos su česnakais(augalinis)		90	0,18	0,23
9	Šviežias pomidoras		50	0,12	0,16

IGNALINOS R. VIDIŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU  
Direktorė  
Jūratė Sveikauskienė

**V A L G I A R A Š T I S**  
**P E N K T A D I E N I S**  
2 savaitė

**6 m.–10 m.**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur
1	Žuvies kukuliai su morkomis ir kukurūzų kruopomis(tausojantis)	Kiaušinis, žuvis, kukurūzų kruopos	100	1,05
2	Grietinės padažas	Grietinė	30	0,10
3	Bulvių košė su sviestu(tausojantis)	Sviestas	90	0,08
4	Virtų burokėlių salotos su žirneliais(augalinis)		70	0,20
5	Marinuotas agurkas		20	0,13
6	Vaisiai			

**11 m. ir vyresni**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur
1	Bulvių košė su sviestu(tausojantis)	Sviestas	110	0,10
2	Žuvies kukuliai su morkomis ir kukurūzų kruopomis(tausojantis)	Žuvis, kiaušinis, kukurūzų kruopos	140	1,48
3	Grietinės padažas	Grietinė	30	0,10
4	Kopūstų, agurkų salotos(augalinis)		80	0,23
5	Marinuotas agurkas		20	0,13
6	Vaisiai			

**Mokami**

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
1	Rūgštynių sriuba (augalinis, tausojantis)	Kiaušinis	150	0,18	0,23
2	Grietinė	Grietinė	10	0,04	0,05
3	Ruginė duona		20	0,04	0,05
4	Žuvies kukuliai su morkomis ir kukurūzų kruopomis(tausojantis)	Žuvis, kukurūzų kruopos, kiaušinis	100	1,05	1,37
5	Žuvies kepsnys(augalinis,tausojantis)	Žuvis, kiaušinis	100	0,97	1,26
6	Kiaulienos-daržovių-ryžių maltinis(tausojantis)	Kiaušinis	100	0,62	0,81
7	Bulvių košė su sviestu(tausojantis)	Sviestas	110	0,10	0,13
8	Grietinės padažas	Grietinė	30	0,10	0,13
9	Kopūstų, agurkų salotos(augalinis)		80	0,23	0,30
10	Marinuotas agurkas		20	0,13	0,17

**IGNALINOS R. VIDYŠKIŲ GIMNAZIJA**

TVIRTINU  
Direktorė  
Jūratė Sveikauskienė

**V A L G I A R A Š T I S**  
**PENKTADIENIS**  
3 savaitė

**6 m.–10 m.**

<b>Eil. Nr.</b>	<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Alergenai</b>	<b>Išėiga g.</b>	<b>Kaina Eur</b>
1	Miežinių kruopų košė(augalinis,tausojantis)	Miežinės kruopos	75	0,03
2	Maltas žuvies kepsnys (tausojantis)	Žuvis, kiaušinis	100	0,83
3	Jogurtinis padažas su žolelėmis	Jogurtas	20	0,15
4	Daržovių salotos su kmynais (augalinis)		80	0,24
5	Šviežias pomidoras		25	0,06
6	Sultys (be pridėtinio cukraus)		200	0,29
7	Vaisiai			

**11 m. ir vyresni**

<b>Eil. Nr.</b>	<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Alergenai</b>	<b>Išėiga g.</b>	<b>Kaina Eur</b>
1	Miežinių kruopų košė(augalinis, tausojantis)	Miežinės kruopos	100	0,04
2	Maltas žuvies kepsnys (tausojantis)	Žuvis, kiaušinis	150	1,24
3	Jogurtinis padažas su žolelėmis	Jogurtas	40	0,19
4	Daržovių salotos su kmynais (augalinis)		100	0,29
5	Šviežias pomidoras		25	0,06
6	Sultys (be pridėtinio cukraus)		200	0,29
7	Vaisiai			

**Mokami**

<b>Eil. Nr.</b>	<b>Patiekalo pavadinimas</b>	<b>Alergenai</b>	<b>Išėiga g.</b>	<b>Kaina Eur</b>	<b>Kaina Eur 30%</b>
1	Raugintų kopūstų sriuba (augalinis, tausojantis)		150	0,14	0,18
2	Grietinė	Grietinė	10	0,04	0,05
3	Miežinių kruopų košė(augalinis ,tausojantis)	Miežinės kruopos	100	0,04	0,05
4	Maltas žuvies kepsnys (tausojantis)	Žuvis, kiaušinis	100	0,83	1,08
5	Daržovių salotos su kmynais (augalinis)		100	0,29	0,38
6	Šviežias pomidoras		50	0,12	0,16
7	Kiaulienos maltinukai(tausojantis)	Kiaušinis	100	0,54	0,70
8	Jogurtinis padažas su žolelėmis	Jogurtas	40	0,37	0,48
9	Žuvies kepsnys (augalinis, tausojantis)	Žuvis, kiaušinis, kvietiniai miltai	100	0,97	1,26

IGNALINOS R. VIDYŠKIŲ GIMNAZIJA

TVIRTINU  
Direktorė  
Jūratė Sveikauskienė

V A L G I A R A Š T I S  
PENKTADIENIS  
4 savaitė

6 m.–10 m.

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur
1	Žuvies kukuliai su morkomis ir kukurūzų kruopomis(tausojantis)	Žuvis, kukurūzų kruopos, kiaušinis	100	1,05
2	Grietinės padažas	Grietinė	30	0,10
3	Bulvių košė su sviestu(tausojantis)	Sviestas	90	0,08
4	Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais(augalinis)		70	0,19
5	Konservuoti žalieji žirneliai		20	0,12
6	Vaisiai			

11 m. ir vyresni

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur
1	Žuvies kukuliai su morkomis ir kukurūzų kruopomis(tausojantis)	Žuvis, kukurūzų kruopos, kiaušinis	140	1,48
2	Grietinės padažas	Grietinė	30	0,10
3	Bulvių košė su sviestu(tausojantis)	Sviestas	110	0,10
4	Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais(augalinis)		70	0,19
5	Konservuoti žalieji žirneliai		40	0,24
6	Vaisiai			

Mokami

Eil. Nr.	Patiekalo pavadinimas	Alergenai	Išėiga g.	Kaina Eur	Kaina Eur 30%
1	Rūgštynių sriuba (augalinis, tausojantis)	Perlinės kruopos	150	0,18	0,23
2	Žuvies kukulis su morkomis ir kukurūzų kruopomis(tausojantis)	Žuvis, kiaušinis, kukurūzų kruopos	100	1,05	1,37
3	Grietinės padažas	Grietinė	30	0,10	0,13
4	Bulvių košė su sviestu(tausojantis)	Sviestas	110	0,10	0,13
5	Maltas vištienos kepsnys(tausojantis)	Kiaušiniai	100	0,82	1,07
6	Burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais(augalinis)		70	0,19	0,25
7	Konservuoti žalieji žirneliai		20	0,12	0,16
8	Žuvies kepsnys(augalinis, tausojantis)	Žuvis, kiaušinis, kvietiniai miltai	100	0,97	1,26