

PATVIRTINTAPakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr.V-68**VALGIARAŠTIS**

2023-09-04

**NEMOKAMAS MAITINIMAS
PIETŪS 1-4 KL.**

Maitinimo laikas: nuo 10.20 iki 11.35 val.

1 valgiaraštis

Eil. Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	PUPELIŲ, DARŽOVIŲ IR MAKARONŲ SRIUBA	1-3/20ATPVVg 1N	150	0,10	107,06
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	64,56
3.	KIAULIENOS IR ŽIRNELIŲ PLOVAS	11-8/160TGP 10N	300	0,87	343,23
4.	KOPŪSTŲ, MORKŲ IR PAPRIKŲ SALOTOS	2-1/1AGPVVg 10N	100	0,14	58,10
5.	MARINUOTI AGURKAI	GS- 38	100	0,32	11,00
6.	VAISIAI			0,35	114,40
	VISO:			1,90	698,35

PIETŪS 1-4 KL.**2 valgiaraštis**

Eil.Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	PUPELIŲ, DARŽOVIŲ IR MAKARONŲ SRIUBA	1-3/20ATPVVg 1N	150	0,10	107,06
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	64,56
3.	VISO GRŪDO BLYNAI SU KEFYRU	6-6/121V 10N	300/53	1,14	716,44
4.	SŪRIO LAZDELĖ PIK-NIK		20	0,30	59,00
5.	VAISIAI			0,22	57,00
	VISO:			1,90	1047,46

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

PATVIRTINTAPakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr.V-68**VALGIARAŠTIS**

2023-09-04

NEMOKAMAS MAITINIMAS**PIETŪS 5-8 KL.**

Maitinimo laikas: Nuo 11.25 iki 12.00 val.

Eil.Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEP TŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	PUPELIŲ, DARŽOVIŲ IR MAKARONŲ SRIUBA	1- 3/20AT PVVg 1N	150	0,10	107,06
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	64,56
3.		11- 8/160T GP 10N	300	0,87	343,23
4.	KIAULIENOS IR ŽIRNELIŲ PLOVAS KOPŪSTŲ, MORKŲ IR PAPRIKŲ SALOTOS	2- 1/1AGP VVg 10N	100	0,18	58,10
5.	MARINUOTI AGURKAI	GS- 38	100	0,32	11,00
6.	APELSINŲ SULTYS		200	0,21	45,00
7.	VAISIAI			0,20	114,40
8.	SŪRIO LAZDELĖ PIK-NIK		20	0,30	59,00
	VISO:			2,30	802,35

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

PATVIRTINTAPakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr.V-68**VALGIARAŠTIS**

2023-09-04

Maitinimo laikas: nuo 10.20 iki 12.15 val.

PORC. KIEKIS	Eil.Nr	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŲ ROS Nr.	IŠEIGA	KAINA (€)	(Kcal)
		SRIUBOS				
	1.	PUPELIŲ, DARŽOVIŲ IR MAKARONŲ SRIUBA	1- 3/20ATP VVg 1N	200	0,17	142,74
		ANTRI PATIEKALAI				
	1.	KIAULIENOS IR ŽIRNELIŲ PLOVAS	11- 8/160TGP 10N	200	0,75	228,82
	2.	ORKAITĖJE KEPTI KALAKUTIENOS MALTINUKAI SU MORKOMIS	10- 8/158TGP 10N	100	1,22	134,96
	3.	VISO GRŪDO BLYNAI SU KEFYRU	6-6/121V 10N	200/35	0,99	716,44
		GĖRIMAI				
	1.	ARBATA BE CUKRAUS	1Gér	200	0,01	0
	2.	ARBATA SU CUKRUMI	1Gér	200	0,04	19,75
	3.	OBUOLIŲ SULTYS		200	0,16	105
	4.	APELSINŲ SULTYS		200	0,21	105
	5.	VANDUO SU CITRINA	15Gér	200	0,01	0
		GARNYRAS				
	1.	BULVIŲ KOŠĖ	4-3/1TGV 10N	100	0,18	109,15
	2.	BIRI GRIKIŲ KRUOPŲ KOŠĖ(<u>grikliai</u> , vanduo , <u>alyvuogių aliejus</u> , druska) (<u>tausojantis</u>)	3- 3/6ATGP PcVgV 10N	100	0,33	204,26
		ŠALTI PATIEKALAI				
	1.	ŠVIEŽI AGURKAI	GS-36	100	0,21	11,00
	2.	ŠVIEŽI POMIDORAI	GS-37	100	0,25	17,00
	3.	KOPŪSTŲ, MORKŲ IR PAPRIKŲ SALOTOS	2- 1/1AGPV Vg 10N	100	0,18	58,10
	4.	MARINUOTI AGURKAI	GS- 38	100	0,42	11,00
		DUONA IR JOS GAMINIAI				
	1.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
	2.	BANDELĖS SU AGUONOMIS, CINAMONU, DŽEMU, VARŠKE		70	0,52	226,66
	3.	KEKSIUKAI SU APELSINŲ ĮDARU		55	0,55	
	4.	MOKYKLINĖ PICA SU KUMPIU IR AGURKAIS		120	0,68	
	5.	ITALIŠKA APKEPĖLĖ TRYS SŪRIAI		100	0,82	
	6.	MARMURINIS KEKSIUKAS		70	0,50	
	7.	BANDELĖS SU ŠOKOLADO ĮDARU		60	0,44	
	8.	BANDELĖS SU VARŠKĖS ĮDARU		60	0,48	

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

Pagal „Vaisių ir pieno“ paramos programą vaikams 1-4 klasių mokiniams dalinami:

PATVIRTINTAPakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr.V-68**VALGIARAŠTIS**

2023-09-05

NEMOKAMAS MAITINIMAS

PIETŪS 1-4 KL.

Maitinimo laikas: nuo 10.20 iki 11.25 val.

1 valgiaraštis

Eil. Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	BUROKĖLIŲ SRIUBA SU PUPELĖMIS, BULVĖMIS, MORKOMIS	1-3/27AT0	150	0,10	99,10
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	TOŠKINTI JAUTIENOS KUKULIAI POMIDORŲ IR SŪRIO PADAŽE	12-8/2TG 10N	80/80	0,74	229,14
4.	BULVIŲ KOŠĖ SU KRAP AIS	4-3/7TGV 10N	100	0,12	102,40
5.	ŠVIEŽI POMIDORAI	GS-37	50	0,10	8,50
6.	ŠVIEŽI AGURKAI	GS-36	50	0,08	5,50
7.	BUROKĖLIŲ SALOTOS SU KEPTAIS SVOGŪNAIS	GS-16	100	0,13	89,83
8.	SŪRIO LAZDELĖ PIK-NIK		20	0,30	59,00
9.	VAISIAI			0,21	112,00
	VISO:			1,90	792,27

PIETŪS 1-4 KL.

2 valgiaraštis

Eil.Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	BUROKĖLIŲ SRIUBA SU PUPELĖMIS, BULVĖMIS, MORKOMIS	1-3/27AT0	150	0,10	99,10
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	TRADICINIAI VIRTI VARŠKĖČIAI SU GRIETINĖLĖS IR SVIESTO PADAŽU	7-3/61TV 1N	300/60	1,32	722,40
4.	VAISIAI			0,36	56,00
	VISO:			1,90	964,30

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

PATVIRTINTA

Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus

VALGIARAŠTIS

2023-09-05

NEMOKAMAS MAITINIMAS

PIETŪS 5-8 KL.

Maitinimo laikas: Nuo 11.25 iki 12.15 val.

Eil.Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEP TŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	BUROKĖLIŲ SRIUBA SU PUPELĖMIS, BULVĖMIS, MORKOMIS	1- 3/27AT 0	150	0,10	99,10
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	TRADICINIAI VIRTI VARŠKĖČIAI SU GRIETINĖLĖS IR SVIESTO PADAŽU	7- 3/61TV 1N	400/80	1,76	722,40
4..	VAISIAI			0,32	112,00
	VISO:			2,30	1020,30

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

PATVIRTINTA

Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr.V-68

VALGIARAŠTIS

2023-09-05

Maitinimo laikas: nuo 10.20 iki 12.15 val.

PORC. KIEKIS	Eil.Nr	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŲ ROS Nr.	IŠEIGA	KAINA (€)	(Kcal)
		SRIUBOS				
	1.	BUROKĖLIŲ SRIUBA SU PUPELĖMIS, BULVĖMIS, MORKOMIS	1-3/27AT0	150	0,17	99,10
		ANTRI PATIEKALAI				
	1.	TOŠKINTI JAUTIENOS KUKULIAI POMIDORŲ IR SŪRIO PADAŽE	12-8/2TG 10N	80/80	0,96	229,14
	2.	TRADICINIAI VIRTI VARŠKĖČIAI SU GRIETINĖLĖS IR SVIESTO PADAŽU	7-3/61TV 1N	200/40	1,14	722,40
	3.					
		GĖRIMAI				
	1.	ARBATA BE CUKRAUS	1Gér	200	0,01	0
	2.	ARBATA SU CUKRUMI	1Gér	200	0,04	19,75
	3.	OBUOLIŲ SULTYS		200	0,16	105
	4.	APELSINŲ SULTYS		200	0,21	105
	5.	VANDUO SU CITRINA	15Gér	200	0,01	0
		GARNYRAS				
	1.	BULVIŲ KOŠĖ SU KRAP AIS	4-3/7TGV 10N	100	0,12	102,40
	2.	VIRTI VISO GRŪDO MAKARONAI SU ALYVUOGIŲ ALIEJUMI IR PRIESKONINĖMIS ŽOLELĖMIS	6-3/62AT	100	0,20	173,06
		ŠALTI PATIEKALAI				
	1.	ŠVIEŽI AGURKAI	GS-36	100	0,21	11,00
	2.	ŠVIEŽI POMIDORAI	GS-37	100	0,25	17,00
	3.	KOPŪSTŲ, MORKŲ IR PAPRIKŲ SALOTOS	2-1/1AGPV Vg 10N	100	0,18	58,10
	4.	BUROKĖLIŲ SALOTOS SU KEPTAIS SVOGŪNAIS	GS-16	100	0,17	89,83
		DUONA IR JOS GAMINIAI				
	1.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
	2.	BANDELĖS SU AGUONOMIS, CINAMONU, DŽEMU, VARŠKE		70	0,52	226,66
	3.	KEKSIUKAI SU APELSINŲ ĮDARU		55	0,55	
	4.	MOKYKLINĖ PICA SU KUMPIU IR AGURKAIS		120	0,68	
	5.	ITALIŠKA APKEPĖLĖ TRYS SŪRIAI		100	0,82	
	6.	MARMURINIS KEKSIUKAS		70	0,50	
	7.	BANDELĖS SU ŠOKOLADO ĮDARU		60	0,44	
	8.	BANDELĖS SU VARŠKĖS ĮDARU		60	0,48	

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

Pagal „Vaisių ir pieno“ paramos programą vaikams 1-4 klasių mokiniams dalinami:

PATVIRTINTA

VALGIARAŠTIS

2023-09-06
NEMOKAMAS MAITINIMAS
PIETŪS 1-4 KL.
Maitinimo laikas: nuo 10.20 iki 11.25 val.

1 valgiaraštis

Eil. Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	POMIDORINĖ RYŽIŲ SRIUBA	1-3/21ATGPVVg 10S	150	0,18	120,26
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	TROŠKINTOS VIŠTIENOS FILĖ KUKULIAI KOKOSŲ KREME	10-8/167TPG 10N	50/50	0,79	192,53
4.	BIRŪS RYŽIAI SU CIBERŽOLE	3-3/12ATGPcPV Vg 10N	100	0,13	126,90
5.	MORKŲ SALOTOS SU ČESNAKAIS	GS-11	100	0,15	63,59
6.	SŪRIO LAZDELĖ PIK-NIK		20	0,30	59,00
7.	VAISIAI			0,23	56,00
	VISO:			1,90	705,08

PIETŪS 1-4 KL.

2 valgiaraštis

Eil.Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	POMIDORINĖ RYŽIŲ SRIUBA	1-3/21ATGPVVg 10S	150	0,18	120,26
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	VARŠKĖS KUKULIAI SU GRIETINE	7-3/66TGV 10N	200/40	0,74	484,54
4.	SŪRIO LAZDELĖ PIK-NIK		40	0,60	118,00
5.	VAISIAI			0,26	56,00
	VISO:			1,90	865,60

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

PATVIRTINTA

Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr.V-68

VALGIARAŠTIS**2023-09-06****NEMOKAMAS MAITINIMAS****PIETŪS 5-8 KL.****Maitinimo laikas: Nuo 11.25 iki 12.15 val.**

Eil.Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEP TŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	POMIDORINĖ RYŽIŲ SRIUBA	1- 3/21AT GPVVg 10S	150	0,18	120,26
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	TROŠKINTOS VIŠTIENOS FILĖ KUKULIAI KOKOSŲ KREME	10- 8/167TP G 10N	100/100	1,58	385,06
4..	BIRŪS RYŽIAI SU CIBERŽOLE	3- 3/12AT GPcPV Vg 10N	100	0,13	126,90
5.	MORKŲ SALOTOS SU ČESNAKAIŠ	GS-11	100	0,15	63,59
6.	ŠVIEŽI POMIDORAI	GS-37	75	0,14	12,75
	VISO:			2,30	795,36

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

PATVIRTINTA

Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr. V-68

VALGIARAŠTIS

2023-09-06

Maitinimo laikas: nuo 10.20 iki 12.15val.

PORC. KIEKIS	Eil.Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŲ ROS Nr.	IŠEIGA	KAINA (€)	(Kcal)
		SRIUBOS				
	1.	POMIDORINĖ RYŽIŲ SRIUBA	1-3/21ATG PVVg 10S	200	0,31	120,26
		ANTRI PATIEKALAI				
	1.	TROŠKINTOS VIŠTIENOS FILĖ KUKULIAI KOKOSŲ KREME	10-8/167TPG 10N	50/50	1,03	192,53
	2.	VARŠKĖS KUKULIAI SU GRIETINE	7-3/66TGV 10N	200/40	0,96	484,54
	3.					
		GĖRIMAI				
	1.	ARBATA BE CUKRAUS	1Gēr	200	0,01	0
	2.	ARBATA SU CUKRUMI	1Gēr	200	0,04	19,75
	3.	OBULIŲ SULTYS		200	0,16	105
	4.	APELSINŲ SULTYS		200	0,21	105
	5.	VANDUO SU CITRINA	15Gēr	200	0,01	0
		GARNYRAS				
	1.	BIRŪS RYŽIAI SU CIBERŽOLE	3-3/12ATG PcPVVg 10N	100	0,17	126,90
	2.	VIRTOS - APKEPTOS BULVĖS	GR-1.1	100	0,13	143,33
		ŠALTI PATIEKALAI				
	1.	ŠVIEŽI AGURKAI	GS-36	100	0,21	11,00
	2.	ŠVIEŽI POMIDORAI	GS-37	100	0,25	17,00
	3.	MORKŲ SALOTOS SU ČESNAKAIŠ	GS-11	100	0,20	63,59
	4.	KOPŪSTŲ, MORKŲ IR PAPRIKŲ SALOTOS	2-1/1AGPV Vg 10N	100	0,18	58,10
		DUONA IR JOS GAMINIAI				
	1.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
	2.	BANDELĖS SU AGUONOMIS, CINAMONU, DŽEMU, VARŠKE		70	0,52	226,66
	3.	KEKSIUKAI SU APELSINŲ ĮDARU		55	0,55	
	4.	MOKYKLINĖ PICA SU KUMPIU IR AGURKAIŠ		120	0,68	
	5.	ITALIŠKA APKEPĖLĖ TRYS SŪRIAI		100	0,82	
	6.	MARMURINIS KEKSIUKAS		70	0,50	
	7.	BANDELĖS SU ŠOKOLADO ĮDARU		60	0,44	
	8.	BANDELĖS SU VARŠKĖS ĮDARU		60	0,48	

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

Pagal „Vaisių ir pieno“ paramos programą vaikams 1-4 klasių mokiniams dalinami:

PATVIRTINTA

VALGIARAŠTIS

2023-09-07

NEMOKAMAS MAITINIMAS PIETŪS 1-4 KL.

Maitinimo laikas: nuo 10.20 iki 11.25 val.

1 valgiaraštis

Eil. Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	DARŽOVIŲ SRIUBA SU VIŠTIENOS FILE GABALIUKAIS	1-3/23T 10N	150	0,29	86,16
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	ŠILKINIAI MENKĖS KUKULIAI SŪRIO PADAŽE	9-8/167T 1N	90/10	0,94	182,67
4.	KUSKUSAS	3- 3/9ATPcPVVg 10N	100	0,14	184,99
5.	BUROKĖLIŲ SALOTOS SU ŽIRNELIAIS	GS -18	100	0,18	96,16
6.	MARINUOTI AGURKAI	GS-38	73	0,23	8,03
	VISO:			1,90	644,81

PIETŪS 1-4 KL.

2 valgiaraštis

Eil.Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	DARŽOVIŲ SRIUBA SU VIŠTIENOS FILE GABALIUKAIS	1-3/23T 10N	150	0,29	86,16
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	PILNO GRŪDO MAKARONAI SU SŪRIU IR POMIDORŲ PADAŽU	M -66	300/75/45	1,05	659,63
4.	ARBATA BE CUKRAUS	1Gėr	200	0,01	0,00
5.	VAISIAI			0,43	56,00
	VISO:			1,90	888,59

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

PATVIRTINTA

Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr.V-68

VALGIARAŠTIS**2023-09-07****NEMOKAMAS MAITINIMAS****PIETŪS 5-8 KL.****Maitinimo laikas: Nuo 11.25 iki 12.15 val.**

Eil.Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEP TŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	DARŽOVIŲ SRIUBA SU VIŠTIENOS FILĖ GABALIUKAIS	1-3/23T 10N	150	0,29	86,16
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	ŠILKINIAI MENKĖS KUKULIAI SŪRIO PADAŽE	9- 8/167T 1N	90/10	0,94	182,67
4..	KUSKUSAS	3- 3/9ATP cPVVg 10N	100	0,14	184,99
5.	BUROKĖLIŲ SALOTOS SU ŽIRNELIAIS	GS -18	100	0,18	96,16
6.	MARINUOTI AGURKAI	GS-38	100	0,32	11,00
7.	VAISIAI			0,31	112,00
	VISO:			2,30	759,78

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė**PATVIRTINTA**

Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr.V-68

VALGIARAŠTIS

2023-09-07

Maitinimo laikas: nuo 10.20 iki 12.15 val.

PORC. KIEKIS	Eil.Nr	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪ ROS Nr.	IŠEIGA	KAINA (€)	(Kcal)
		SRIUBOS				
	1.	DARŽOVIŲ SRIUBA SU VIŠTIENOS FILĖ GABALIUKAIS	1-3/23T 10N	200	0,49	86,16
		ANTRI PATIEKALAI				
	1.	ŠILKINIAI MENKĖS KUKULIAI SŪRIO PADAŽE	9-8/167T 1N	90/10	1,22	182,67
	2.	MALTAS KIAULIENOS KEPSNYS	M-15	100	0,94	262,96
	3.	PILNO GRŪDO MAKARONAI SU SŪRIU IR POMIDORŲ PADAŽU	M -66	200/50/30	0,91	439,75
		GĖRIMAI				
	1.	ARBATA BE CUKRAUS	1Gēr	200	0,01	0
	2.	ARBATA SU CUKRUMI	1Gēr	200	0,04	19,75
	3.	OBUOLIŲ SULTYS		200	0,16	105
	4.	APELSINŲ SULTYS		200	0,21	105
	5.	VANDUO SU CITRINA	15Gēr	200	0,01	0
		GARNYRAS				
	1.	KUSKUSAS	3- 3/9ATPcP VVg 10N	100	0,14	184,99
	2.	BULVIŲ KOŠĖ	4-3/1TGV 10N	100	0,18	99,43
		ŠALTI PATIEKALAI				
	1.	BUROKĖLIŲ SALOTOS SU ŽIRNELIAIS	GS -18	100	0,18	96,16
	2.	SALIERŲ, MORKŲ IR OBUOLIŲ SALOTOS	2- 1/8AGPPc VVg 10N	100	0,16	45,25
	3.	ŠVIEŽI AGURKAI	GS-36	100	0,21	11,00
	4.	ŠVIEŽI POMIDORAI	GS-37	100	0,25	17,00
		DUONA IR JOS GAMINIAI				
	1.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
	2.	BANDELĖS SU AGUONOMIS, CINAMONU, DŽEMU, VARŠKE		70	0,52	226,66
	3.	KEKSIUKAI SU APELSINŲ ĮDARU		55	0,55	
	4.	MOKYKLINĖ PICA SU KUMPIŲ IR AGURKAIS		120	0,68	
	5.	ITALIŠKA APKEPĖLĖ TRYS SŪRIAI		100	0,82	
	6.	MARMURINIS KEKSIUKAS		70	0,50	
	7.	BANDELĖS SU ŠOKOLADO ĮDARU		60	0,44	
	8.	BANDELĖS SU VARŠKĖS ĮDARU		60	0,48	

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

Pagal „Vaisių ir pieno“ paramos programą vaikams 1-4 klasių mokiniams dalinami:

PATVIRTINTA

Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr.V-68

VALGIARAŠTIS

2023-09-08

NEMOKAMAS MAITINIMAS

PIETŪS 1-4 KL.

Maitinimo laikas: nuo 10.20 iki 11.25 val.

1 valgiaraštis

Eil. Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	TRINTA MOLIŪGŲ SRIUBA SU IMBIERU IR ANAKARDŽIŲ RIEŠUTAIS	1-3/22ATGPVVg 10S	150	0,41	105,89
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	ORKAITĖJE KEPTI KALAKUTIENOS MALTINUKAI SU MORKOMIS	10-8/158TGP 10N	100	0,94	134,96
4.	BIRI GRIKIŲ KRUOPŲ KOŠĖ SU ALYVUOGIŲ ALIEJUMI	3-3/6ATGPPcVg V 10N	100	0,25	179,16
5.	ŠVIEŽI POMIDORAI	GS-37	50	0,10	8,50
6.	ŠVIEŽI AGURKAI	GS-36	50	0,08	5,50
	VISO:			1,90	520,81

PIETŪS 1-4 KL.

2 valgiaraštis

Eil.Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	TRINTA MOLIŪGŲ SRIUBA SU IMBIERU IR ANAKARDŽIŲ RIEŠUTAIS	1-3/22ATGPVVg 10S	150	0,41	105,89
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	VIRTŲ BULVIŲ CEPELINAI SU VARŠKE	4-3/6TGV 1N	200/40	0,63	343,19
4.	SŪRIO LAZDELĖ PIK-NIK		20	0,30	59,00
5.	VAISIAI			0,44	112,00
	VISO:			1,90	706,88

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

PATVIRTINTA

Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr.V-68

VALGIARAŠTIS

2023-09-08

NEMOKAMAS MAITINIMAS

PIETŪS 5-8 KL.

Maitinimo laikas: Nuo 11.25 iki 12.15 val.

Eil.Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEP TŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	TRINTA MOLIŪGŲ SRIUBA SU IMBIERU IR ANAKARDŽIŲ RIEŠUTAIS	1- 3/22AT GPVVg 10S	150	0,41	105,89
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	ORKAITĖJE KEPTI KALAKUTIENOS MALTINUKAI SU MORKOMIS	10- 8/158T GP 10N	100	0,94	134,96
4.	BIRI GRIKIŲ KRUOPŲ KOŠĖ SU ALYVUOGIŲ ALIEJUMI	3- 3/6ATG PPcVgV 10N	100	0,25	179,16
5.	ŠVIEŽI POMIDORAI	GS-37	50	0,10	8,50
6.	ŠVIEŽI AGURKAI	GS-36	50	0,08	5,50
7.	PAPRIKA	GS-40	50	0,19	15,00
8.	VAISIAI			0,21	112,00
	VISO:			2,30	647,81

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

PATVIRTINTA

Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr. V-68

VALGIARAŠTIS

2023-09-08
Maitinimo laikas: nuo 10.20 iki 12.15 val.

PORC. KIEKIS	Eil.Nr	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪ ROS Nr.	IŠEIGA	KAINA (€)	(Kcal)
		SRIUBOS				
	1.	TRINTA MOLIŪGŲ SRIUBA SU IMBIERU IR ANAKARDŽIŲ RIEŠUTAIS	1-3/22ATG PVVg 10S	200	0,72	105,89
		ANTRI PATIEKALAI				
	1.	ORKAITĖJE KEPTI KALAKUTIENOS MALTINUKAI SU MORKOMIS	10-8/158TGP 10N	100	1,22	134,96
	2.	VIRTŲ BULVIŲ CEPELINAI SU VARŠKE	4-3/6TGV 1N	200/40	0,82	343,19
	3.	VIRTŲ BULVIŲ CEPELINAI SU MĖSA	M-50	200/40	1,08	332,67
		GĖRIMAI				
	1.	ARBATA BE CUKRAUS	1Gēr	200	0,01	0
	2.	ARBATA SU CUKRUMI	1Gēr	200	0,04	19,75
	3.	OBUOLIŲ SULTYS		200	0,16	105
	4.	APELSINŲ SULTYS		200	0,21	105
	5.	VANDUO SU CITRINA	15Gēr	200	0,01	0
		GARNYRAS				
	1.	BIRI GRIKIŲ KRUOPŲ KOŠĖ SU ALYVUOGIŲ ALIEJUMI	3-3/6ATGP PcVgV 10N	100	0,25	179,16
	2.	VIRTI LĚŠIAI	GR -119	100	0,16	153,09
		ŠALTI PATIEKALAI				
	1.	PAPRIKA	GS-40	100	0,49	29,00
	2.	ŠVIEŽI AGURKAI	GS-36	100	0,21	11,00
	3.	ŠVIEŽI POMIDORAI	GS-37	100	0,25	17,00
	4.	BUROKĖLIŲ SALOTOS SU KEPTAIS SVOGŪNAIS	GS-16	100	0,17	89,83
	5.					
		DUONA IR JOS GAMINIAI				
	1.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
	2.	BANDELĖS SU AGUONOMIS, CINAMONU, DŽEMU, VARŠKE		70	0,52	226,66
	3.	KEKSIUKAI SU APELSINŲ ĮDARU		55	0,55	
	4.	MOKYKLINĖ PICA SU KUMPIU IR AGURKAIS		120	0,68	
	5.	ITALIŠKA APKEPĖLĖ TRYS SŪRIAI		100	0,82	
	6.	MARMURINIS KEKSIUKAS		70	0,50	
	7.	BANDELĖS SU ŠOKOLADO ĮDARU		60	0,44	
	8.	BANDELĖS SU VARŠKĖS ĮDARU		60	0,48	

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

Pagal „Vaisių ir pieno“ paramos programą vaikams 1-4 klasių mokiniams dalinami:

PATVIRTINTA
Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr. V-68

VALGIARAŠTIS

2023-09-11

**NEMOKAMAS MAITINIMAS
PIETŪS 1-4 KL.**

Maitinimo laikas: nuo 10.20 iki 11.25 val.

1 valgiaraštis

Eil. Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	PERLINIŲ KRUOPŲ SRIUBA	1-3/40AT	150	0,09	121,65
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	ORKAITĖJE KEPTAS JŪROS LYDEKOS APKEPAS SU MORKOMIS	9-8/164T 10N	100	0,85	180,36
4.	BULVIŲ KOŠĖ	4-3/1TGV 10N	100	0,14	102,90
5.	MARINUOTI AGURKAI	GS- 38	100	0,32	11,00
6.	KONSERVOUTI ŽIRNELIAI	GS- 41	100	0,25	64,00
7.	VAISIAI			0,13	56,00
	VISO:			1,90	622,71

PIETŪS 1-4 KL.

2 valgiaraštis

Eil.Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	PERLINIŲ KRUOPŲ SRIUBA	1-3/40AT	150	0,09	121,65
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	VARŠKĖS KUKULIAI SU PIEVAGRYBIŲ IR MORKŲ PADAŽU	7-3/65TGV 10N	200/40	0,80	429,24
4.	SŪRIO LAZDELĖ PIK-NIK		40	0,52	118,00
5.	VAISIAI			0,37	112,00
	VISO:			1,90	867,69

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

PATVIRTINTA

Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr.V-68

VALGIARAŠTIS

2023-09-11

NEMOKAMAS MAITINIMAS

PIETŪS 5-8 KL.

Maitinimo laikas: Nuo 11.25 val. iki 12.15 val.

Eil.Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEP TŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	PERLINIŲ KRUOPŲ SRIUBA	1- 3/40AT	150	0,09	121,65
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĒTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	ORKAITĖJE KEPTAS JŪROS LYDEKOS APKEPAS SU MORKOMIS	9- 8/164T 10N	100	0,85	180,36
4..	BULVIŲ KOŠĖ	4- 3/1TGV 10N	100	0,14	102,90
5.	MARINUOTI AGURKAI	GS- 38	100	0,32	11,00
6.	KONSERVUOTI ŽIRNELIAI	GS- 41	100	0,25	64,00
7.	SŪRIO LAZDELĖ PIK-NIK		20	0,26	56,00
8.	VAISIAI			0,27	112,00
	VISO:			2,30	734,71

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

PATVIRTINTA

Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr. V-68

VALGIARAŠTIS

2023-09-11

Maitinimo laikas: nuo 10.20 iki 12.15 val.

PORC. KIEKIS	Eil. Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪ ROS Nr.	IŠEIGA	KAINA (€)	(Kcal)
		SRIUBOS				
	1.	PERLINIŲ KRUOPŲ SRIUBA	1-3/40AT	200	0,16	121,65
		ANTRI PATIEKALAI				
	1.	ORKAITĖJE KEPTAS JŪROS LYDEKOS APKEPAS SU MORKOMIS	9-8/164T 10N	100	1,11	180,36
	2.	VARŠKĖS KUKULIAI SU PIEVAGRYBIŲ IR MORKŲ PADAŽU	7- 3/65TGV 10N	200/40	1,04	429,24
	3.	GARUOSE VIRTI VIŠTIENOS FILĖ KUKULIAI	10- 2/60TG 10N	106	1,14	417,10
		GĖRIMAI				
	1.	ARBATA BE CUKRAUS	1Gēr	200	0,01	0
	2.	ARBATA SU CUKRUMI	1Gēr	200	0,04	19,75
	3.	OBUOLIŲ SULTYS		200	0,16	105
	4.	APELSINŲ SULTYS		200	0,21	105
	5.	VANDUO SU CITRINA	15Gēr	200	0,01	0
		GARNYRAS				
	1.	BULVIŲ KOŠĖ	4-3/1TGV 10N	100	0,14	102,90
	2.	AVIŽINIŲ KRUOPŲ KOŠĖ SU SVIESTU	3- 3/10TPcV 10N	100	0,10	133,06
		ŠALTI PATIEKALAI				
	1.	MARINUOTI AGURKAI	GS- 38	100	0,32	11,00
	2.	KONSERVOUTI ŽIRNELIAI	GS- 41	100	0,25	64,00
	3.	ŠVIEŽI POMIDORAI	GS-37	100	0,25	17,00
	4.	KOPŪSTŲ, MORKŲ IR PAPRIKŲ SALOTOS	2- 1/1AGPV Vg 10N	100	0,18	58,10
	5.	ŠVIEŽI AGURKAI	GS-36	100	0,21	11,00
		DUONA IR JOS GAMINIAI				
	1.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
	2.	BANDELĖS SU AGUONOMIS, CINAMONU, DŽEMU, VARŠKE		70	0,52	226,66
	3.	KEKSIUKAI SU APELSINŲ ĮDARU		55	0,55	
	4.	MOKYKLINĖ PICA SU KUMPIU IR AGURKAIMS		120	0,68	
	5.	ITALIŠKA APKEPĖLĖ TRYS SŪRIAI		100	0,82	
	6.	MARMURINIS KEKSIUKAS		70	0,50	
	7.	BANDELĖS SU ŠOKOLADO ĮDARU		60	0,44	
	8.	BANDELĖS SU VARŠKĖS ĮDARU		60	0,48	

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

Pagal „Vaisių ir pieno“ paramos programą vaikams 1-4 klasių mokiniams dalinami:

PATVIRTINTA

Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr. V-68

VALGIARAŠTIS

2023-09-12

**NEMOKAMAS MAITINIMAS
PIETŪS 1-4 KL.**

Maitinimo laikas: nuo 10.20 val. iki 11.25 val.

1 valgiaraštis

Eil. Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	PLĖŠYTOS VIŠTIENOS SRIUBA SU DARŽOVĖMIS IR RYŽIAIS	1-3/25TG 10N	150	0,46	89,78
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	KIAULIENOS KUKULIAI SU RAUSVUOJU PADAŽU	11-7/139T 1N	100/200	1,04	359,69
4.		3-3/14ATPcPVGg 10N	100	0,07	136,09
5.	VEGANIŠKA PERLINIŲ KRUOPŲ KOŠĖ ŠVIEŽIŲ KOPŪSTŲ IR MORKŲ SALOTOS SU ALIEJAUS PADAŽU	2-1/19A	110	0,21	120,45
	VISO:			1,90	792,81

PIETŪS 1-4 KL.

2 valgiaraštis

Eil.Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	PLĖŠYTOS VIŠTIENOS SRIUBA SU DARŽOVĖMIS IR RYŽIAIS	1-3/25TG 10N	150	0,46	89,78
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	BULVINUKAI	M-56	200/40	0,43	347,97
4.	SŪRIO LAZDELĖ PIK-NIK		40	0,52	112,00
5.	VAISIAI			0,37	112,00
	VISO:			1,90	748,55

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

PATVIRTINTA

Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr.V-68

VALGIARAŠTIS

2023-09-12

NEMOKAMAS MAITINIMAS

PIETŪS 5-8 KL.

Maitinimo laikas: nuo 11.25 – 12.15 val.

Eil.Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEP TŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	PLĚŠYTOS VIŠTIENOS SRIUBA SU DARŽOVĖMIS IR RYŽIAIS	1- 3/25TG 10N	150	0,46	89,78
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	KIAULIENOS KUKULIAI SU RAUSVUOJU PADAŽU	11- 7/139T 1N	100/200	1,04	359,69
4..	VEGANIŠKA PERLINIŲ KRUOPŲ KOŠĖ	3- 3/14AT PcPVVg 10N	100	0,07	136,09
5.	ŠVIEŽIŲ KOPŪSTŲ IR MORKŲ SALOTOS SU ALIEJAUS PADAŽU	2-1/19A	100	0,19	109,50
6.	ŠVIEŽI POMIDORAI	GS-37	100	0,20	17,00
7.	VAISIAI			0,22	56,00
	VISO:			2,30	854,86

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

PATVIRTINTA

Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr.V-68

VALGIARAŠTIS

2023-09-12

Maitinimo laikas: nuo 10.20 val. iki 10.40 val. valgo 1 kl. mokiniai

10.40 val. iki 11.25 val. valgo 2-4 klasių mokiniai
11.30 val. iki 12.15 val. valgo 5-8 kl. mokiniai

PORC. KIEKIS	Eil.Nr	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŲ ROS Nr.	IŠEIGA	KAINA (€)	(Kcal)
		SRIUBOS				
	1.	PLĖŠYTOS VIŠTIENOS SRIUBA SU DARŽOVĖMIS IR RYZIAIS	1-3/25TG 10N	200	0,79	89,78
		ANTRI PATIEKALAI				
	1.	KIAULIENOS KUKULIAI SU RAUSVUOJU PADAŽU	11-7/139T 1N	100/200	1,35	359,69
	2.	BULVINUKAI	M-56	200/40	0,56	347,97
	3.					
		GĖRIMAI				
	1.	ARBATA BE CUKRAUS	1Gér	200	0,01	0
	2.	ARBATA SU CUKRUMI	1Gér	200	0,04	19,75
	3.	OBUOLIŲ SULTYS		200	0,16	105
	4.	APELSINŲ SULTYS		200	0,21	105
	5.	VANDUO SU CITRINA	15Gér	200	0,01	0
		GARNYRAS				
	1.	VEGANIŠKA PERLINIŲ KRUOPŲ KOŠĖ	3- 3/14ATPc PVVg 10N	100	0,07	136,09
	2.	VIRTOS - APKEPTOS BULVĖS	GR-1.1	100	0,13	143,33
		ŠALTI PATIEKALAI				
	1.	ŠVIEŽI AGURKAI	GS-36	100	0,21	11,00
	2.	BUROKĖLIŲ SALOTOS SU KEPTAIS SVOGŪNAIS	GS-16	100	0,17	89,83
	3.	ŠVIEŽIŲ KOPŪSTŲ IR MORKŲ SALOTOS SU ALIEJAUS PADAŽU	2-1/19A	100	0,19	109,50
	4.	ŠVIEŽI POMIDORAI	GS-37	100	0,25	17,00
		DUONA IR JOS GAMINIAI				
	1.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
	2.	BANDELĖS SU AGUONOMIS, CINAMONU, DŽEMU, VARŠKE		70	0,52	226,66
	3.	KEKSIUKAI SU APELSINŲ ĮDARU		55	0,55	
	4.	MOKYKLINĖ PICA SU KUMPIU IR AGURKAIS		120	0,68	
	5.	ITALIŠKA APKEPĖLĖ TRYS SŪRIAI		100	0,82	
	6.	MARMURINIS KEKSIUKAS		70	0,50	
	7.	BANDELĖS SU ŠOKOLADO ĮDARU		60	0,44	
	8.	BANDELĖS SU VARŠKĖS ĮDARU		60	0,48	

VYR. VIREJA: Rima Adomaitienė

Pagal „Vaisių ir pieno“ paramos programą vaikams 1-4 klasių mokiniams dalinami:

PATVIRTINTA
Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr.V-68

VALGIARAŠTIS

2023-09-13

**NEMOKAMAS MAITINIMAS
PIETŪS 1-4 KL.**

Maitinimo laikas: nuo 10.20 iki 11.25 val.

1 valgiaraštis

Eil. Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	ŠVIEŽIŲ KOPŪSTŲ SRIUBA SU BULVĖMIS IR MORKOMIS	1-3/28AT	150	0,12	88,62
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	GRIETINĖLĖJE TROŠKINTA VIŠTIENOS KRŪTINĖLĖ SU MORKOMIS	10-5/100T	120	0,81	124,39
4.	VIRTI VISI GRŪDO MAKARONAI SU ALYVUOGIŲ ALIEJUMI IR PRIEKONINĖMIS ŽOLELĖMIS	6-3/62AT	100	0,15	173,06
5.	ŠVIEŽI POMIDORAI	GS-37	50	0,10	8,50
6.	ŠVIEŽI AGURKAI	GS-36	25	0,04	2,75
7.	PAPRIKOS	GS-40	50	0,19	15,00
8.	VAISIAI			0,37	112,00
	VISO:			1,90	611,12

PIETŪS 1-4 KL.

2 valgiaraštis

Eil.Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	ŠVIEŽIŲ KOPŪSTŲ SRIUBA SU BULVĖMIS IR MORKOMIS	1-3/28AT	150	0,12	88,62
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	VARŠKĖS APKEPAS SU DŽIOVINTAIS ABRİKOSAIS	7-8/165TGV 10N	250/50	1,33	583,70
4.	VAISIAI			0,33	56,00
	VISO:			1,90	815,12

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

PATVIRTINTA

Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr. V-68

VALGIARAŠTIS

2023-09-13

NEMOKAMAS MAITINIMAS

PIETŪS 5-8 KL.

Maitinimo laikas: nuo 11.25 – 12.15 val.

Eil.Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEP TŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	ŠVIEŽIŲ KOPŪSTŲ SRIUBA SU BULVĖMIS IR MORKOMIS	1- 3/28AT	150	0,12	88,62
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĒTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	GRIETINĖLĖJE TROŠKINTA VIŠTIENOS KRŪTINĖLĖ SU MORKOMIS	10- 5/100T	120	0,81	124,39
4..	VIRTI VISO GRŪDO MAKARONAI SU ALYVUOGIŲ ALIEJUMI IR PRIESKONINĖMIS ŽOLELĖMIS	6- 3/62AT	100	0,15	173,06
5.	ŠVIEŽI POMIDORAI	GS-37	50	0,10	8,50
6.	ŠVIEŽI AGURKAI	GS-36	50	0,08	5,50
7.	PAPRIKOS	GS-40	50	0,19	15,00
8.	SŪRIO LAZDELĖ PIK-NIK		40	0,52	112,00
9.	VAISIAI			0,21	112,00
	VISO:			2,30	725,87

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

PATVIRTINTA

Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr.V-68

VALGIARAŠTIS

2023-09-13

Maitinimo laikas: nuo 10.20 iki 12.15 val.

PORC. KIEKIS	Eil.Nr	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŲ ROS Nr.	IŠEIGA	KAINA (€)	(Kcal)
		SRIUBOS				
	1.	ŠVIEŽIŲ KOPŪSTŲ SRIUBA SU BULVĖMIS IR MORKOMIS	1-3/28AT	200	0,21	88,62
		ANTRI PATIEKALAI				
	1.	GRIETINĖLĖJE TROŠKINTA VIŠTIENOS KRŪTINĖLĖ SU MORKOMIS	10-5/100T	120	1,05	124,39
	2.	VARŠKĖS APKEPAS SU DŽIOVINTAIS ABRİKOSAIS	7-8/165TG V 10N	200/40	1,38	466,96
	3.					
		GĖRIMAI				
		ARBATA BE CUKRAUS	1Gér	200	0,01	0
		ARBATA SU CUKRUMI	1Gér	200	0,04	19,75
		OBUOLIŲ SULTYS		200	0,16	105
		APELSINŲ SULTYS		200	0,21	105
		VANDUO SU CITRINA	15Gér	200	0,01	0
		GARNYRAS				
	1.	VIRTI VISO GRŪDO MAKARONAI SU ALYVUOGIŲ ALIEJUMI IR PRIESKONINĖMIS ŽOLELĖMIS	6-3/62AT	100	0,15	173,06
	2.	BULVIŲ KOŠĖ SU KRAP AIS	4-3/7TGV 10N	100	0,16	102,40
		ŠALTI PATIEKALAI				
	1.	ŠVIEŽI AGURKAI	GS-36	100	0,21	11,00
	2.	ŠVIEŽI POMIDORAI	GS-37	100	0,25	17,00
	3.	ŠVIEŽIŲ KOPŪSTŲ IR MORKŲ SALOTOS SU ALIEJAUS PADAŽU	2-1/19A	100	0,19	109,50
	4.	BUROKĖLIŲ SALOTOS SU KEPTAIS SVOGŪNAIS	GS-16	100	0,17	89,83
	5.					
		DUONA IR JOS GAMINIAI				
	1.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
	2.	BANDELĖS SU AGUONOMIS, CINAMONU, DŽEMU, VARŠKE		70	0,52	226,66
	3.	KEKSIUKAI SU APELSINŲ ĮDARU		55	0,55	
	4.	MOKYKLINĖ PICA SU KUMPIU IR AGURKAIS		120	0,68	
	5.	ITALIŠKA APKEPĖLĖ TRYS SŪRIAI		100	0,82	
	6.	MARMURINIS KEKSIUKAS		70	0,50	
	7.	BANDELĖS SU ŠOKOLADO ĮDARU		60	0,44	
	8.	BANDELĖS SU VARŠKĖS ĮDARU		60	0,48	

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

Pagal „Vaisių ir pieno“ paramos programą vaikams 1-4 klasių mokiniams dalinami:

PATVIRTINTA
Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr.V-68

VALGIARAŠTIS

2023-09-14

**NEMOKAMAS MAITINIMAS
PIETŪS 1-4 KL.**

Maitinimo laikas: nuo 10.20 iki 11.25 val.

1 valgiaraštis

Eil. Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	TIRŠTA DARŽOVIŲ SRIUBA SU PUPELĖMIS IR BULGURU	1-3/28ATPVVg 1N	150	0,16	93,48
2.	VERŠIENOS TROŠKINYS SU VISO GRŪDO MAKARONAIS	12-8/6T 10N	170/70	1,31	308,76
3.	ŠVIEŽI AGURKAI	GR - 36	100	0,16	0,11
4.	VAISIAI			0,27	56,00
	VISO:			1,90	458,35

PIETŪS 1-4 KL.

2 valgiaraštis

Eil.Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	TIRŠTA DARŽOVIŲ SRIUBA SU PUPELĖMIS IR BULGURU	1-3/28ATPVVg 1N	150	0,16	93,48
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	BULVIŲ IR CUKINIJŲ KUGELIS SU ČESNAKINIU VARŠKĖS PADAŽU	4-8/163GV 10N	300/75	0,80	345,33
4.	MARINUOTI AGURKAI	GR -38	100	0,32	0,11
5.	SŪRIO LAZDELĖ PIK-NIK		20	0,26	56,00
6.	VAISIAI			0,24	56,00
	VISO:			1,90	637,72

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

PATVIRTINTA

Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr. V-68

VALGIARAŠTIS

2023-09-14

NEMOKAMAS MAITINIMAS

PIETŪS 5-8 KL.

Maitinimo laikas: Nuo 11.25 – 12.15 val.

Eil.Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEP TŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	TIRŠTA DARŽOVIŲ SRIUBA SU PUPELĖMIS IR BULGURU	1- 3/28AT PVVg 1N	150	0,16	93,48
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	VERŠIENOS TROŠKINYS SU VISO GRŪDO MAKARONAIŠ	12-8/6T 10N	170/70	1,31	308,76
4..	ŠVIEŽI AGURKAI	GR - 36	100	0,16	0,11
5.	BUOKĖLIŲ SALOTOS SU KEPTAIS SVOGŪNAIS	GS-16	100	0,13	89,83
6.	VAISIAI			0,42	112,00
	VISO:			2,30	690,98

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

PATVIRTINTA

Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr.V-68

VALGIARAŠTIS

2023-09-14

Maitinimo laikas: nuo 10.20 iki 12.15 val.

PORC. KIEKIS	Eil.Nr	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŲ ROS Nr.	IŠEIGA	KAINA (€)	(Kcal)
		SRIUBOS				
	1.	TIRŠTA DARŽOVIŲ SRIUBA SU PUPELĖMIS IR BULGURU	1-3/28ATP VVg 1N	200	0,27	124,64
		ANTRI PATIEKALAI				
	1.	VERŠIENOS TROŠKINYS SU VISO GRŪDO MAKARONAIŠ	12-8/6T 10N	170/70	1,70	308,76
	2.	BULVIŲ IR CUKINIŲ KUGELIS SU ČESNAKINIŲ VARŠKĖS PADAŽU	4-8/163GV 10N	200/50	0,69	230,22
	3.					
		GĖRIMAI				
	1.	ARBATA BE CUKRAUS	1Gēr	200	0,01	0
	2.	ARBATA SU CUKRUMI	1Gēr	200	0,04	19,75
	3.	OBUOLIŲ SULTYS		200	0,16	105
	4.	APELSINŲ SULTYS		200	0,21	105
	5.	VANDUO SU CITRINA	15Gēr	200	0,01	0
		GARNYRAS				
	1.					
	2.					
		ŠALTI PATIEKALAI				
	1.	ŠVIEŽIŲ KOPŪSTŲ IR MORKŲ SALOTOS SU ALIEJAUS PADAŽU	2-1/19A	100	0,19	109,50
	2.	ŠVIEŽI AGURKAI	GS - 36	100	0,21	0,11
	3.	POMIDORAI	GS - 37	100	0,25	0,17
	4.	BUROKĖLIŲ SALOTOS SU KEPTAIS SVOGŪNAIS	GS-16	100	0,17	89,83
	5.	MARINUOTI AGURKAI	GR -38	100	0,42	11,00
		DUONA IR JOS GAMINIAI				
	1.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
	2.	BANDELĖS SU AGUONOMIS, CINAMONU, DŽEMU, VARŠKE		70	0,52	226,66
	3.	KEKSIUKAI SU APELSINŲ ĮDARU		55	0,55	
	4.	MOKYKLINĖ PICA SU KUMPIU IR AGURKAIS		120	0,68	
	5.	ITALIŠKA APKEPĖLĖ TRYS SŪRIAI		100	0,82	
	6.	MARMURINIS KEKSIUKAS		70	0,50	
	7.	BANDELĖS SU ŠOKOLADO ĮDARU		60	0,44	
	8.	BANDELĖS SU VARŠKĖS ĮDARU		60	0,48	

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

Pagal „Vaisių ir pieno“ paramos programą vaikams 1-4 klasių mokiniams dalinami:

PATVIRTINTA

Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr. V-68

VALGIARAŠTIS

2023-09-15

NEMOKAMAS MAITINIMAS
PIETŪS 1-4 KL.

Maitinimo laikas: nuo 10.20 iki 11.25 val.

1 valgiaraštis

Eil. Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	RŪGŠTYNIŲ SRIUBA	1-3/22AT	150	0,17	232,17
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	KALAKUTIENOS TROŠKINYS SU RYŽIAIS	A-3	100/100	1,35	262,77
4.	ŠVIEŽI POMIDORAI	GS - 37	50	0,10	8,50
5.	MARINUOTI AGURKAI	GR -38	50	0,16	5,50
	VISO:			1,90	595,74

PIETŪS 1-4 KL.

2 valgiaraštis

Eil.Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	RŪGŠTYNIŲ SRIUBA	1-3/22AT	150	0,17	232,17
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	KEPTI KUKURŪZINIAI VARŠKĖTUKAI	7-8/169TGV 10N	200/35	1,04	452,88
4.	SŪRIO LAZDELĖ PIK-NIK		20	0,26	56,00
5.	VAISIAI			0,31	56,00
	VISO:			1,90	883,85

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

PATVIRTINTA

Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr.V-68

VALGIARAŠTIS

2023-09-15

NEMOKAMAS MAITINIMAS

PIETŪS 5-8 KL.

Maitinimo laikas: Nuo 11.25 – 12.15 val.

Eil.Nr.	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEP TŪROS Nr.	IŠEIGA	KAINA(€)	(Kcal)
1.	RŪGŠTYNIŲ SRIUBA	1- 3/22AT	150	0,17	232,17
2.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
3.	KALAKUTIENOS TROŠKINYS SU RYŽIAIS	A-3	100/100	1,35	262,77
4..	ŠVIEŽI POMIDORAI	GS - 37	100	0,19	0,17
5.	MARINUOTI AGURKAI	GR -38	100	0,32	11,00
6.	VAISIAI			0,15	56,00
	VISO:			2,30	648,91

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

PATVIRTINTA

Pakruojo „Žemynos“ progimnazijos direktoriaus
2023-09-06 įsakymu Nr. V-68

VALGIARAŠTIS

2023-09-15

Maitinimo laikas: nuo 10.20 iki 12.15 val.

PORC. KIEKIS	Eil.Nr .	GAMINIO PAVADINIMAS	RECEPTŪ ROS Nr.	IŠEIGA	KAINA (€)	(Kcal)
		SRIUBOS				
	1.	RŪGŠTYNIŲ SRIUBA	1-3/22AT	200	0,30	309,56
		ANTRI PATIEKALAI				
	1.	KALAKUTIENOS TROŠKINYS SU RYZIAIS	A-3	100/100	1,76	262,77
	2.	KEPTI KUKURŪZINIAI VARŠKĖTUKAI	7-8/169TG V 10N	200/35	1,04	452,88
	3.					
		GĖRIMAI				
	1.	ARBATA BE CUKRAUS	1Gēr	200	0,01	0
	2.	ARBATA SU CUKRUMI	1Gēr	200	0,04	19,75
	3.	OBUOLIŲ SULTYS		200	0,16	105
	4.	APELSINŲ SULTYS		200	0,21	105
	5.	VANDUO SU CITRINA	15Gēr	200	0,01	0
		GARNYRAS				
	1.					
	2.					
		ŠALTI PATIEKALAI				
	1.	ŠVIEŽIŲ KOPŪSTŲ IR MORKŲ SALOTOS SU ALIEJAUS PADAŽU	2-1/19A	100	0,19	109,50
	2.	ŠVIEŽI AGURKAI	GS - 36	100	0,21	0,11
	3.	POMIDORAI	GS - 37	100	0,25	0,17
	4.	BUROKĖLIŲ SALOTOS SU KEPTAIS SVOGŪNAIS	GS-16	100	0,17	89,83
	5.	MARINUOTI AGURKAI	GR -38	100	0,42	11,00
		DUONA IR JOS GAMINIAI				
	1.	DUONA SU GRŪDAIS BE PRIDĖTINIO CUKRAUS		30	0,12	86,80
	2.	BANDELĖS SU AGUONOMIS, CINAMONU, DŽEMU, VARŠKE		70	0,52	226,66
	3.	KEKSIUKAI SU APELSINŲ ĮDARU		55	0,55	
	4.	MOKYKLINĖ PICA SU KUMPIU IR AGURKAIS		120	0,68	
	5.	ITALIŠKA APKEPĖLĖ TRYS SŪRIAI		100	0,82	
	6.	MARMURINIS KEKSIUKAS		70	0,50	
	7.	BANDELĖS SU ŠOKOLADO ĮDARU		60	0,44	
	8.	BANDELĖS SU VARŠKĖS ĮDARU		60	0,48	

VYR. VIRĖJA: Rima Adomaitienė

Pagal „Vaisių ir pieno“ paramos programą vaikams 1-4 klasių mokiniams dalinami: