

KLAIPĖDOS MAKSIMO GORKIO PROGIMNAZIJOS
Valgiaraštis 2022



Isavaitė

PIRMADIENIS

Valgiaraštis

	Patiekalo pavadinimas	Išėiga, g.
	Sriuba	
6Sr	Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	250
	Salotos	
4S	Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)	100
11S	Morkų salotos su česnakų su jogurto padažu	100
18S	Burokėlių salotos su žirneliais	100
60S	Salierų salotos su obuoliais	100
17S	Burokėlių salotos	100
	Karštieji patiekalai	
15A	Maltas kiaulienos kepsnys (tausojantis)	75
38A	Lašišos medalionų kepsnys (tausojantis)	100
83A	Kepti varškėčiai (tausojantis)	150/45/45
3Gar	Bulvių košė su pienu (tausojantis)	150/75
7Gar	Biri grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	150
9Gar	Troškinti žiediniai kopūstai (tausojantis, augalinis)	100
14Gar	Virti lęšiai (tausojantis, augalinis)	100
17/Gar	Pupelių- daržovių troškiny	100
	Vaisiai	100
15G	Vanduo su citrina	200
1G	Erškėtrožių arbata (be cukraus)	200
3G	Kmynų arbata (be cukraus)	200
11G	Šaldytų uogų kompotas (be cukraus)	200

ANTRADIENIS**Valgiaraštis**

	Patiekalo pavadinimas	Išeiiga, g.
	Sriuba	
17Sr	Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	250
	Salotos	
4S	Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)	100
11S	Morkų salotos su česnakų su jogurto padažu	100
31S	Daržovių salotos su kmynais	100
60S	Salierų salotos su obuoliais	100
18S	Burokėlių salotos su ž.žirneliais	100
	Karštieji patiekalai	
62A	Kiaulienos-daržovių-ryžių maltinis (tausojantis)	100
43A	Žuvies maltinis (tausojantis)	75
47A	Tarkuotų bulvių cepelinai su mėsa grietiniu padažu	200/40
1Gar	Virtos bulvės (tausojantis, augalinis)	50
10Gar	Troškintos daržovės (tausojantis, augalinis)	100
5Gar	Biri ryžių kruopų košė (nešlifuoti) (tausojantis, augalinis)	100
		100
	Vaisiai	200
15G	Vanduo su citrina	200
2G	Arbata su citrina (be cukraus)	200
1G	Nesaldinta ramunėlių arbata	200

TREČIADIENIS

Valgiaraštis

	Patiekalo pavadinimas	Išėiga, g.
	Sriuba	
1Sr	Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	250
	Salotos	
4S	Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)	100
11S	Morkų salotos su česnakais su jogurto padažu	100
2S	Kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais, porais su aliejaus padažu (augalinis)	100
60S	Salierų salotos su obuoliais	100
17S	Burokėlių salotos	100
	Karštieji patiekalai	
30A	Kepta paukštienos filė (tausojantis)	75
40A	Lašišos file apkepas (tausojantis)	75
85A	Varškės apkepas (tausojantis) su grietine	200/30
93A	Omletas su sūrių (tausojantis)	100/10
8Gar	Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis, augalinis)	100
10Gar	Troškintos daržovės (tausojantis, augalinis)	100
5Gar	Biri ryžių kruopų košė (nešlifuoti) (tausojantis, augalinis)	100
7Gar	Biri grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	100
	Vaisiai	200
	Vaisių sultys	200
1G	Nesaldinta čiobrelių arbata	200
15G	Vanduo su citrina	200

KETVIRTADIENIS

Valgiaraštis

	Patiekalo pavadinimas	Išėiga, g.
	Sriuba	
12Sr	Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	250
	Salotos	
4S	Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)	100
11S	Morkų salotos su česnakų su jogurto padažu	100
6S	Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	100
60S	Salierų salotos su obuoliais	100
17S	Burokėlių salotos	100
	Karštieji patiekalai	
4A	Kalakutienos troškiny su avinžirniais (tausojantis)	75
37A	Kepta lašiša (tausojantis)	75
80A	Virtinukai su varškė su sviesto-grietinės padažu	150/30
6Gar	Biri perlinių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	100
10Gar	Troškintų daržovių mišinys su grietinės-pomidorų padažu (tausojantis)	100
5Gar	Biri ryžių kruopų košė (nešlifuoti) (tausojantis, augalinis)	100
7Gar	Biri grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	150/75
	Vaisiai	200
1G	Vaisinė arbata su citrina (be cukraus)	200
15G	Vanduo su citrina	200

PENKTADIENIS

Valgiaraštis

	Patiekalo pavadinimas	Išeiga, g.
	Sriuba	
13Sr	Daržovių sriuba (tausojantis) (augalinis)	250
	Salotos	
4S	Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)	100
11S	Morkų salotos su česnakų su jogurto padažu	100
20S	Burokėlių salotos su ž. žirneliais, mar. Agurkais, svogūnais su aliejaus padažu (augalinis)	100
60S	Salierų salotos su obuoliais (augalinis)	100
18S	Burokėlių salotos su ž. žirneliais (augalinis)	100
	Karštieji patiekalai	
39A	Troškinta žuvis su daržovėmis (tausojantis)(augalinis)	75
41A	Žuvies kepinukai (tausojantis)	75
90A	Varškės kukulaičiai (tausojantis) su grietine	150/45
5Gar	Biri ryžių kruopų košė (tausojantis)	100
14Gar	Virti lęšiai (tausojantis, augalinis)	100
9Gar	Troškinti žiediniai kopūstai	100
		100
	Vaisiai	200
1G	Vaisinė arbata (be cukraus)	200
1G	Nesaldinta ramunėlių arbata	200
15G	Vanduo su citrina	200

KLAIPĖDOS MAKSIMO GORKIO PROGIMNAZIJS
Valgiaraštis 2022



2savaitė

PIRMADIENIS

Valgiaraštis

	Patiekalo pavadinimas	Išėiga, g.
	Sriuba	
2Sr	Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (tausojantis, augalinis)	250
	Salotos	
1S	Kopūstų salotos su svogūnais (augalinis)	100
5S	Daržovių salotos su paprikomis (augalinis)	100
10S	Raugintų kopūstų salotos (augalinis)	100
12S	Morkų - obuolių salotos su moliūgų sėklomis (augalinis)	100
	Karštieji patiekalai	
17A	Maltos kiaulienos kepsnys su kmynais (tausojantis)	75
39A	Troškinta žuvis su daržovėmis (tausojantis)	75/75
89A	Varškės spygliukai (tausojantis) su grietine	150/45
14Gar	Virti avinžirniai	100
7Gar	Biri grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	100
9Gar	Troškinti žiediniai kopūstai (tausojantis, augalinis)	100
	Vaisiai	200
1G	Nesaldinta čiobrelių arbata	200
2G	Arbata su citrina (be cukraus)	200
11G	Šaldytų uogų kompotas be cukraus	200

ANTRADIENIS

Valgiaraštis

	Patiekalo pavadinimas	Išėiga, g.
	Sriuba	
20Sr	Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	250
	Salotos	
4S	Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)	100
5S	Salotos (kopūstai, agurkai, pomidorai, morkos, paprika) aliejaus padažas (augalinis)	100
31S	Daržovių salotos su kmynais	100
60S	Salierų salotos su obuoliais	100
17S	Burokėlių salotos	100
	Karštieji patiekalai	
29A	Troškinta paukštiena (šlaunelių mėsa) (tausojantis)	75/30
40A	Žuvies apkepas (tausojantis)	100
66A	Makaronai su sūriu (tausojantis)	150/20
84A	Kepti varškėčiai su morkomis (tausojantis) su grietine	150/35
3Gar	Bulvių košė su pienu (tausojantis)	150/75
7Gar	Biri grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	100
9Gar	Troškinti žiediniai kopūstai (tausojantis, augalinis)	100
10Gar	Troškintos daržovės (tausojantis, augalinis)	100
91A	Omletas	75
	Vaisiai	200
2G	Arbata su citrina (be cukraus)	200
15G	Vanduo su citrina	200
1G	Nesaldinta ramunėlių arbata	200

TREČIADIENIS

Valgiaraštis

	Patiekalo pavadinimas	Išėiga, g.
	Sriuba	
17Sr	Žirnių sriuba su bulvėmis (tausojanti, augalinis)	250
	Salotos	
23S	Burokėlių salotos su obuoliais ir aliejaus padažu (augalinis)	100
11S	Morkų salotos su česnakų su jogurto padažu	100
2S	Kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais, porais su aliejaus padažu (augalinis)	100
60S	Salierų salotos su obuoliais	100
18S	Burokėlių salotos su ž. žirneliais	100
	Karštieji patiekalai	
37A	Kepta lašišos filė (tausojantis)	75
1A	Troškinta jautiena su padažu (tausojantis)	75/45
88A	Varškės ir morkų apkepas (tausojantis) su grietine	150/35
5Gar	Biri ryžių kruopų košė (nešlifuoti) (tausojantis, augalinis)	100
14Gar	Virti lęšiai (tausojantis, augalinis)	50
107Gar	Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis, augalinis)	100/50
10Gar	Troškintos daržovės (tausojantis, augalinis)	100
	Vaisiai	200
2G	Arbata su citrina (be cukraus)	200
1G	Nesaldinta čiobrelių arbata	200
15G	Vanduo su citrina	200

KETVIRTADIENIS**Valgiaraštis**

	Patiekalo pavadinimas	Išeiga, g.
	Sriuba	
22Sr	Pieniška kruopų sriuba	250
	Salotos	
4S	Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)	100
14S	Morkų, obuolių ir porų salotos su jogurtiniu padažu	100
6S	Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	100
60S	Salierų salotos su obuoliais	100
19S	Burokėlių salotos su raug kopūstais	100
	Karštieji patiekalai	
41A	Lydekos kepinukai (tausojantis)	75
3A	Paukštiesenos troškinys su ryžiais (tausojantis)	75/75
74A	Lietiniai su varške (tausojantis) ir su grietine	150/35
82A	Virti varškėčiai (tausojantis) su grietine	150/35
5Gar	Biri ryžių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	150/20
8Gar	Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis, augalinis)	100
109Gar	Penkių grūdų dribsnių košė (tausojantis, augalinis)	150
9Gar	Troškinti žiediniai kopūstai (tausojantis, augalinis)	100
9Gar	Troškintų daržovių mišinys su grietinės-pomidorų padažu (tausojantis)	100
	Vaisiai	200
2G	Arbata su citrina (be cukraus)	200
1G	Nesaldinta ramunėlių arbata	200
	Vaisių sultys	200

PENKTADIENIS

Valgiaraštis

	Patiekalo pavadinimas	Išėiga, g.
	Sriuba	
24Sr	Perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis)	250
	Salotos	
4S	Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)	100
11S	Morkų salotos su česnakais ir jogurto padažu	100
20S	Burokėlių salotos su ž. žirneliais, mar. agurkais, svogūnais su aliejaus padažu (augalinis)	100
61S	Salierų salotos su agurkais, morkomis, nesaldintas jogurto padažas	100
17S	Burokėlių salotos	100
	Karštieji patiekalai	
38A	Žuvies kepsnys (tausojantis)	75
43A	Žuvies maltinis (tausojantis)	75
86A	Varškės apkepas su razinomis (tausojantis) su grietine	150/35
1Gar	Virtos bulvės (tausojantis, augalinis)	50
7Gar	Biri grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	100
14Gar	Virti avinžirniai (augalinis, tausojantis)	100
10Gar	Troškintos daržovės (augalinis, tausojantis)	100
	Vaisiai	200
15G	Vanduo su citrina	200
1G	Nesaldinta melisų arbata su citrina	200
2G	Arbata su citrina (be cukraus)	200

KLAIPĖDOS Maksimo Gorkio progimnazijos

Valgiaraštis 2022

3savaitė

PIRMADIENIS

Valgiaraštis

	Patiekalo pavadinimas	Išeiga, g.
	Sriuba	
10Sr	Rūgštinių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	250
	Salotos	
4S	Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)	100
11S	Morkų salotos su česnakų su jogurto padažu	100
3S	Kopūstų salotos su agurkais, konservuotais kukurūzais, porais ir aliejaus padažu (augalinis)	100
60S	Salierų salotos su obuoliais	100
18S	Burokėlių salotos su ž. žirneliais	100
	Karštieji patiekalai	
16A	Jautienos-kiaulienos maltinis (tausojantis)	75
39A	Troškinta žuvis su daržovėmis (tausojantis)	75/75
82A	Virti varškėčiai (tausojantis) su grietine	150/35
8Gar	Virti pilno grūdo makaronai (tausojantis, augalinis)	100
5Gar	Biri ryžių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	100
9Gar	Troškinti žiediniai kopūstai (tausojantis, augalinis)	100
10Gar	Troškintos daržovės (tausojantis, augalinis)	100
	Vaisiai	200
1G	Erškėtrožių arbata (be cukraus)	200
1G	Nesaldinta vaisinė arbata su citrina	200
15G	Vanduo su citrina	200

ANTRADIENIS

Valgiaraštis

	Patiekalo pavadinimas	Išėiga, g.
	Sriuba	
16Sr	Lęšių-perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis)	250
	Salotos	
4S	Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)	100
11S	Morkų salotos su česnakais su jogurto padažu	100
31S	Daržovių salotos su kmynais	100
18S	Burokėlių salotos su ž. žirneliais, svogūnais (augalinis)	100
17S	Burokėlių salotos	100
	Karštieji patiekalai	
40A	Lašišos medalionų apkepas (tausojantis)	100
32A	Paukštienos kepinukai (tausojantis)	75
93A	Omletas su sūrių (tausojantis)	100/10
51A	Virtų bulvių cepelinai su varške (tausojantis)	200/40
109A	Penkių grūdų košė (tausojantis)	100/50
1Gar	Virtos bulvės (tausojantis, augalinis)	100
5Gar	Daržovių troškynis su griekiais (tausojantis, augalinis)	200
9Gar	Troškinti žiediniai kopūstai (tausojantis, augalinis)	100
66Gar	Makaronai su sūrių (pilno grūdo), (tausojantis)	150/20
7Gar	Biri grikių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	100
	Vaisiai	200
2G	Arbata su citrina (be cukraus)	200
15G	Vanduo su citrina	200
11G	Šaldytų uogų kompotas (be cukraus)	200

TREČIADIENIS

Valgiaraštis

	Patiekalo pavadinimas	Išėiga, g.
	Sriuba	
17Sr	Ankštinių daržovių (avinžirniai) sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	250
	Salotos	
4S	Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)	100
11S	Morkų salotos su česnakų su jogurto padažu	100
55S	Spinatų salotos su pekininiais kopūstais, augurkais, ridikėliais, aliejaus padažu (augalinis)	100
60S	Salierų salotos su obuoliais	100
19S	Burokėlių salotos su raug. kopūstais	100
	Karštieji patiekalai	
37A	Kepta lašišos filė (tausojantis)	75
41A	Lydekų kepinukai (tausojantis)	75
85A	Varškės apkepas (tausojantis) su grietine	150/35
10Gar	Troškintos daržovės (tausojantis, augalinis)	100
7Gar	Biri grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	100
5Gar	Biri ryžių kruopų košė (nešlifuoti) (tausojantis, augalinis)	100
	Vaisiai	200
1G	Nesaldinta mėlisų arbata	200
15G	Vanduo su citrina	200

KETVIRTADIENIS

Valgiaraštis

	Patiekalo pavadinimas	Išėiga, g.
	Sriuba	
3Sr	Burokėlių sriuba su pupelėmis ir švž. kopūstais (tausojantis, augalinis)	250
	Salotos	
4S	Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)	100
11S	Morkų salotos su česnakų su jogurto padažu	100
6S	Kopūstų, pomidorų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	100
60S	Salierų salotos su obuoliais	100
17S	Burokėlių salotos	100
	Karštieji patiekalai	
43A	Žuvies maltinis (tausojantis)	75
89A	Varškės spygliukai (tausojantis)	150/20
111A	Miežinių dribsnių košė (tausojantis)	130
74A	Lietiniai su varške (tausojantis)	150/75
5Gar	Biri ryžių kruopų košė (nešlifuoti) (tausojantis, augalinis)	100
3Gar	Bulvių košė su pienu (tausojantis)	100
10Gar	Troškintos daržovės (tausojantis, augalinis)	100
		80/20
	Vaisiai	200
15G	Vanduo su citrina	200
2G	Arbata su citrina (be cukraus)	200
1G	Nesaldinta ramunėlių arbata	200



PENKTADIENIS

Valgiaraštis

	Patiekalo pavadinimas	Išėiga, g.
	Sriuba	
9Sr	Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis)	250
	Salotos	
4S	Kopūstų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)	100
11S	Morkų salotos su česnakų su jogurto padažu	100
27S	Agurkų, obuolių, kukurūzų salotos su aliejaus padažu (augalinis)	100
60S	Salierų salotos su obuoliais (augalinis)	100
19S	Burokėlių salotos su raug. kopūstais	100
	Karštieji patiekalai	
31A	Keptos paukštienos šlaunelės (tausojantis)	100
42A	Maltas žuvies kepsnys (tausojantis)	75
83A	Kepti varškėčiai su grietine (tausojantis)	150/30
5Gar	Biri ryžių kruopų košė (nešlifuoti) (tausojantis, augalinis)	100
7Gar	Biri grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	100
9Gar	Troškintų daržovių mišinys su grietinės-pomidorų padažu (tausojantis)	100
10Š	Apkepti sumuštiniai su sūrių (grūdinė šviesi duona)	40/30
	Vaisiai	200
15G	Vanduo su citrina	200
1G	Nesaldinta čiobrelių arbata	200
	Daržovių -vaisių sultys	200