

PATVIRTINTA
Šalčininkų r. Kalesninkų L. Narbuto
gimnazijos direktoriaus
2024 m. lapkričio 11 d.
įsakymu Nr. V1-318

ŠALČININKŲ R. KALESNINKŲ LIUDVIKO NARBUTO GIMNAZIJA
VALGIARAŠTIS-3 SAVAITĖ, 2-6 M. AMŽIAUS GRUPĖ

PIRMADIENIS

Patiekalo pavadinimas
Pieniška (2,5 %) miežinių kruopų sriuba su sviestu (82 %) (tausojantis)
Viso grūdo ruginė duona
Kiaulienos išpjovos ir daržovių (bulvė, morka) troškiny (tausojantis)
Biri žalių grikių košė su sviestu (82 %) (tausojantis)
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)
Morkų, obuolių ir salierų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)
Sezoniniai vaisiai
Vanduo

TREČIADIENIS

Patiekalo pavadinimas
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)
Graikiškas jogurtas (2%)
Troškinti vištienos kumpeliai su česnakais (tausojantis)
Kopūstų, pomidorų, agurkų ir paprikų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)
Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)
Sezoniniai vaisiai
Vanduo

PENKTADIENIS

Patiekalo pavadinimas
Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis)
Graikiškas jogurtas (2%)
Viso grūdo ruginė duona
Orkaitėje kepti maltos žuvies (jūros lydeka) kotletai (tausojantis)
Bulvių košė su sviestu (82%) (tausojantis)
Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)
Sezoniniai vaisiai
Vanduo

ANTRADIENIS

Patiekalo pavadinimas
Rūgštynių sriuba (augalinis) (tausojantis)
Graikiškas jogurtas (2%)
Kalakutienos kukulis su morkomis (tausojantis)
Troškintos morkos su ryžiais (augalinis) (tausojantis)
Pomidorų salotos su nesaldintu jogurtu (2,5%)
Sezoniniai vaisiai
Viso grūdo bandelė (cukrų iki 16g/100g)
Nesaldinta juodoji arbata

KETVIRTADIENIS

Patiekalo pavadinimas
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (augalinis) (tausojantis)
Varškės (9 %) apkepas (tausojantis)
Viso grūdo ruginė duona
Graikiškas jogurtas (2%)
Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos)
Sezoniniai vaisiai
Vanduo su citrina