

Tvirtinu Garliavos Adomo Mitkaus
pagrindinės mokyklos direktorė
Direktorė V. Urbelienė.....

data: 2025-09-17d

Kauno r. Garliavos Adomo Mitkaus pagrindinė mokykla
Vytauto g. 4, Garliava, Kauno r. sav.

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

5-10 kl. nemokamas maitinimas
2025m/2026m

Istaigos darbo laikas
8.00-15.00 val.

UAB "Šauka" įm. k.159807251,
R.Šliūpo g. 20 Garliava, Kauno raj.
mob.tel. +370 61515397

Tvirtinu UAB"Šauka"
Direktorė N.Šauklėnė.....



1 SAVAITĖ 2025m/2026m

5-10 kl. nemokamas maitinimas

PIRMADIENIS

1 Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	100g
2 Ryžių kruopų biri košė su sviestu (augalinis, tausojantis)	200/10g
3 su aliejaus padažu (augalinis)	100g
4 Vaisius	50g.
5 Vanduo su citrina	200g

ANTRADIENIS

1 Bulvių plokštainis su grietinės padažu (tausojantis)	200/30g
2 Morkų ir agurkų lazdelės (augalinis)	100g.
3 Vaisius	50g
4 Vanduo su citrina	200g

TREČIADIENIS

1 Žuvies kepinukai (tausojantis)	100g
2 Ryžių kruopų biri košė su sviestu (augalinis, tausojantis)	200/10g
3 (augalinis)	100g
4 Vaisius	50g.
5 Vanduo	200g

KETVIRTADIENIS

1 Blynai su grietinės padažu (tausojantis)	200/30g
2 Morkų ir agurkų lazdelės (augalinis)	100g.
3 Vaisius	50g.
4 Vanduo su apelsinu	200g

PENKTADIENIS

1 Kepta paukštiesienos file (tausojantis)	100g
2 Biri grikių kruopų košė su sviestu (augalinis, tausojantis)	200/10g.
3 Pupelių, porų obuolių salotos su padažu (augalinis)	100g
4 Vaisius	50g.
5 Vanduo su apelsinu	200g

2 SAVAITĖ 2025m/2026m

5-10 kl. nemokamas maitinimas

PIRMADIENIS

	Išėiga gr.
1 Kiaulienos maltinukas (tausojantis)	100g
2 Biri grikių kruopų košė su sviestu (augalinis,tausojantis)	200/10g.
3 Morkų salotos su obuoliais, morkomis, porais, aliejaus padažas (augalinis)	100g
4 Vaisius	50g.
5 Vanduo su citrina	200g

ANTRADIENIS

1 Varškės apkepas su grietinės padažu (tausojantis)	200/30g
2 Morkų ir agurkų lazdelės (augalinis)	100g.
3 Vaisius	50g.
4 Vanduo	200g

TREČIADIENIS

	Išėiga gr.
1 Paukšties kepinukai (tausojantis)	100g
2 Biri grikių kruopų košė su sviestu (augalinis,tausojantis)	200/10g.
3 Burokėlių salotos su ž.žirneliais, mar. agurkais, svogūnais su aliejaus padažu (augalinis)	100g
4 Vaisius	50g.
5 Vanduo	200g

KETVIRTADIENIS

1 Žuvies maltinis su padažu (tausojantis)	100/50g
2 Ryžių kruopų biri košė su sviestu (augalinis, tausojantis)	200/10g
3 Morkų salotos su obuoliais, morkomis, porais, aliejaus padažas (augalinis)	100g
4 Vaisius	50g.
5 Vanduo	200g

PENKTADIENIS

1 Virti makaronai su daržovių padažu	100/100g
2 Padažas: morkos, svogūnai, paparikos(augalinis)	50g
3 Vaisius	50g.
4 Vanduo	200g

3 SAVAITĖ 2025m/2026m

5-10 kl. nemokamas maitinimas

PIRMADIENIS

Išėiga gr.

- | | |
|---|----------|
| 1 Paukštienos malti kukuliai (tausojantis) | 100g |
| 2 Miežinių kruopų košė su sviestu (augalinis,tausojantis) | 200/30g. |
| 3 Morkų, obuolių ir porų salotos su padažu (augalinis) | 100g |
| 4 Vaisius | 50g. |
| 5 Vanduo su apelsinu | 200g |

ANTRADIENIS

- | | |
|---|---------|
| 1 Virti varškėčiai su grietine (tausojantis) | 200/30g |
| 2 Kopūstų, morkų, salierų salotos (augalinis) | 100g |
| 3 Vaisius | 50g. |
| 4 Vanduo | 200g |

TREČIADIENIS

- | | |
|--|----------|
| 1 Kiaulienos troškiny su padažu (tausojantis) | 100/60g |
| 2 Biri grikių kruopų košė su sviestu (augalinis,tausojantis) | 200/10g. |
| 3 Pekino, agurkų, mėlynos svogūno salotos (augalinis) | 100g |
| 4 Vaisius | 50g |
| 5 Vanduo | 200g |

KETVIRTADIENIS

- | | |
|--|------------|
| 1 Virtų bulvių cepelinai su varške, grietine (tausojantis) | 140/60/40g |
| 2 Morkų ir agurkų lazdelės (augalinis) | 100g. |
| 3 Vaisius | 50g. |
| 4 Vanduo su apelsinu | 200g |

PENKTADIENIS

- | | |
|---|---------|
| 1 Žuvies maltinis (tausojantis) | 100g |
| 2 Ryžių kruopų biri košė (augalinis, tausojantis) | 200/10g |
| 3 Burokėlių salotos su ž. žirneliais, mar. agurkais, svogūnais su aliejaus padažu (augalinis) | 100g |
| 4 Vaisius | 50g |
| 5 Vanduo | 200g |

