

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

Kauno r. Garliavos  
Adomo Mitkaus pagrindinė  
mokyklos direktorė  
Valė Urbelienė

data: 2024-09-16d

Kauno r. Garliavos Adomo Mitkaus pagrindinė mokykla

Vytauto g. 4, Garliava, Kauno r. sav.

### 15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

5-10 kl. nemokamas maitinimas

2024m/2025m

Įstaigos 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

## PIRMADIENIS

	lšeiga 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

	lšeiga gr.
1 Paukštienos 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 padažu (spageti)	100/100g
2 Padažas: morkos, svogūnai, paparikos(augalinis)	50g
3 Vaisius	50g.
4 Vanduo	200g



## 2 SAVAITĖ

### PIRMADIENIS

	Išeiška 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

Virtų bulvių cepelinai su mėsa/su varške, grietine	
1 (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



### 3 SAVAITĖ

#### PIRMADIENIS

1 Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	100g
2 Ryžių kruopų biri 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 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 Pekino kop. salotos su obuolias, paprika ir aliejaus padažu (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 paukštienos 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

