

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

data: 2023-10-06d

Kauno r. Garliavos Adomo Mitkaus pagrindinė mokykla

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

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

5-10 kl. nemokamas maitinimas

2023m/2024m

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.Šauklienė.....



1 SAVAITĖ

PIRMADIENIS

1 Kiaulienos maltinukas (tausojantis)	Išeiga gr. 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 Virti varškėčiai su grietinę (tausojantis)	200/30g
2 Kopūstų, morkų, salierų salotos (augalinis)	100g
3 Vaisius	50g.
4 Vanduo	200g

TREČIADIENIS

1 Žuvies kepinukai (tausojantis)	100g
2 Ryžių kruopų biri košė su sviestu (augalinis, tausojantis)	200/10g
3 Pekino kop. salotos su obuoliais, paprika ir aliejaus padažu (augalinis)	100g
4 Vaisius	50g.
5 Vanduo	200g

KETVIRTADIENIS

Virtų bulvių cepelinai su mėsa/su varške,grietinė	
1 (tausojantis)	140/60/40g
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 Burokėlių salotos su žirneliais aliejaus padažu (augalinis)	100g
4 Vaisius	50g.
5 Vanduo su apelsinu	200g



MSM

2 SAVAITĖ

PIRMADIENIS

1 Paukštienos kepinukai (tausojantis)	lšeiga gr.
2 Biri grikių kruopų košė su sviestu (augalinis,tausojantis)	100g
3 Salierų salotos su agurkais,morkomis,padažas (augalinis)	200/10g.
4 Vaisius	100g
5 Vanduo	50g.
	200g

ANTRADIENIS

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

TREČIADIENIS

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

KETVIRTADIENIS

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

PENKTADIENIS

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



Šauka

3 SAVAITĖ

PIRMADIENIS

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



Handwritten signature