

KLAIPĖDOS HERMANO ZUDERMANO GIMNAZIJA

(ikimokyklinio ar bendrojo ugdymo įstaigos, vaikų socialinės globos įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

6-10 ir 11-vyr., m.

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 08:00 iki 17:00 val.

Direktorius
Laurynas Naujokas



Direktorius pavaduotoja ugdymui,
pavadojanti direktorių
Neringa Tallat-Kelpšaitė Dapšienė

KLAIPĖDOS HERMANO ZUDERMANO GIMNAZIJA (Dokumentas: Mokamas valgiaraštis (A.Naujokienės įmonė))

Direktorius, Laurynas Naujokas

1 Savaitė, Pirmadienis

Pietūs 10:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Energinė vertė, kcal	Kaina
Ankštinių daržovių (žirnių) sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) (G)*	Sr-11	250.00	169	1.30
Viso grūdo ruginė duona (G)*		20.00	49	0.00
Kiaulienos karbonadas (K)*	K-4	100.00	219	2.80
Kiaulienos guliašas (tausojantis) (G, P)*	K-1	150.00	427	2.80
Keptas kiaulienos maltinukas (tausojantis, keptas orkaitėje) (G, K)*	K-9	100.00	381	2.70
Kepta lydekos file su agurkų padažu (100/45) (tausojantis) (Ž, K, P)*	Ž-10	145.00	174	3.20
Įdaryta cukinija su vištiena (110/70) (tausojantis) (P)*	P-8	180.00	205	2.80
Kepti varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis, keptas orkaitėje) (G, K, P)*	V-4	150.00	351	2.60
Bulvių, morkų ir žirnių troškinys (tausojantis) (augalinis) (G)*	AA-1	300.00	363	2.10
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (G)*	Gar-6	100.00	207	0.50
Virti makaronai (tausojantis) (augalinis) (G)*	Gar-7	100.00	172	0.50
Sezoninės salotos (tausojantis)	D-18	50.00	34	0.30
Sezoninės pjaustytos daržovės (augalinis) (tausojantis)	D-17	50.00	9	0.30
Vaisiai	UV19	100.00	62	0.60
Natūralus jogurtas (P)*	Pad-4	30.00	21	0.20
Grietinė 30% riebumo (P)*	Pad-5	30.00	88	0.20
Uogienė	Pad-6	30.00	79	0.20
Grietinės 30% padažas (G, P)*	Pad-3	30.00	61	0.20
Stalo vanduo su citrinomis	Gér-5	150.00	3	0.20
Kefyras 2,5% (P)*	Gér-16	150.00	84	0.50
Pienas 2,5% (P)*	Gér-15	150.00	84	0.50
Iš viso:			3240	
Iš viso (dienos davinio):			3240	

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

KLAIPĖDOS HERMANO ZUDERMANO GIMNAZIJA (Dokumentas: Mokamas valgiaraštis (A.Naujokienės įmonė))

Direktorius, Laurynas Naujokas

1 Savaitė, Antradienis

Pietūs 10:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Energinė vertė, kcal	Kaina
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis) (P)*	Sr-1	250.00	148	1.30
Viso grūdo ruginė duona (G)*		20.00	49	0.00
Vištienos kepsnys (K)*	P-2	100.00	196	3.00
Vištienos kukulis (tausojantis) (K)*	P-7	90.00	173	2.80
Jautiena troškinta su daržovėmis (90/110) (tausojantis)	J-3	200.00	260	3.00
Keptos lydekos juostelės su sezamo sėklomis (tausojantis) (Ž, K, SE)*	Ž-1	120.00	214	3.00
Virti varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis) (G, K, P)*	V-1	150.00	360	2.70
Avinžirnių blynėliai (tausojantis, keptas orkaitėje) (augalinis) (G, SE)*	AA-9	150.00	203	2.10
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	Gar-1	100.00	85	0.50
Virtos kuskuso kruopos (augalinis) (tausojantis) (G)*	Gar-13	100.00	129	0.50
Virti lęšai (tausojantis) (augalinis)	Gar-10	100.00	167	0.50
Sezoninės salotos (tausojantis)	D-18	50.00	34	0.30
Sezoninės pjaustytos daržovės (augalinis) (tausojantis)	D-17	50.00	9	0.30
Vaisiai	UV19	100.00	62	0.60
Grietinė 30% riebumo (P)*	Pad-5	30.00	88	0.20
Natūralus jogurtas (P)*	Pad-4	30.00	21	0.20
Uogienė	Pad-6	40.00	105	0.20
Grietinės 30% padažas (G, P)*	Pad-3	30.00	61	0.20
Stalo vanduo su kriaušėmis	Gér-14	150.00	4	0.20
Pienas 2,5% (P)*	Gér-15	150.00	84	0.50
Kefyras 2,5% (P)*	Gér-16	150.00	84	0.50
Iš viso:			2535	
Iš viso (dienos davinio):			2535	

* **Alergenai:** G - Gliutimo turintys javai, Ž - Žuvys ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SE - Sezamo sėklos ir jų produktai

Pietūs 10:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Energinė vertė, kcal	Kaina
Špinatų sriuba su bulvėmis (tausojantis) (G, K, P)*	Sr-7	250.00	166	1.30
Keptas vištienos maltinukas (tausojantis, keptas orkaitėje) (G, K)*	P-5	90.00	252	2.70
Vištienos file įdaryta virtų kumpelių ir sūriu 45% (70/30) (tausojantis) (G, K, P, R, SA, SE)*	P-22	100.00	200	3.40
Vištienos guliašas (tausojantis) (G, P)*	P-3	150.00	255	2.80
Kiauliena su troškintais kopūstais (70/80) (tausojantis)	K-3	150.00	310	2.80
Orkaitėje keptas lašišų file maltinukas (tausojantis) (G, Ž, K)*	Ž-6	100.00	268	2.90
Varškės apkepamas (varškė 9%) su razinomis (180/20) (tausojantis) (G, K, P)*	V-5	200.00	473	2.70
Įdaryta paprika su daržovėmis (tausojantis) (augalinis) (G)*	AA-13	180.00	139	2.80
Biri ryžių (plykyti) kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (G)*	Gar-4	100.00	160	0.50
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (G)*	Gar-6	100.00	207	0.50
Sezoninės salotos (tausojantis)	D-18	75.00	50	0.30
Sezoninės pjaustytos daržovės (augalinis) (tausojantis)	D-17	50.00	9	0.30
Vaisiai	UV19	100.00	62	0.60
Natūralus jogurtas (P)*	Pad-4	30.00	21	0.20
Uogienė	Pad-6	30.00	79	0.20
Grietinė 30% riebumo (P)*	Pad-5	30.00	88	0.20
Grietinės 30% padažas (G, P)*	Pad-3	30.00	61	0.20
Stalo vanduo su apelsiniais	Gér-7	150.00	4	0.20
Kefyras 2,5% (P)*	Gér-16	150.00	84	0.50
Pienas 2,5% (P)*	Gér-15	150.00	84	0.50
			Iš viso:	2968
			Iš viso (dienos davinio):	2968

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), R - Riešutai, SA - Salierai ir jų produktai, SE - Sezamo sėklos ir jų produktai

KLAIPĖDOS HERMANO ZUDERMANO GIMNAZIJA (Dokumentas: Mokamas valgiaraštis (A.Naujokienės įmonė))

Direktorius, Laurynas Naujokas

1 Savaitė, Ketvirtadienis

Pietūs 10:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Energinė vertė, kcal	Kaina
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis) (G)*	Sr-19	250.00	182	1.30
Viso grūdo ruginė duona (G)*		20.00	49	0.00
Kiaulienos sprandinė troškinta su daržovėmis (90/100) (tausojantis)	K-15	190.00	367	3.50
Pilno grūdo tortilija su vištiena (60/110) (tausojantis) (G, P)*	Tor-1	170.00	287	2.90
Keptos vištienos blauzdelės su daržovėmis (70/100) (tausojantis, keptas orkaitėje)	P-12	300.00	369	3.20
Tarkuotų bulvių cepelinai su mėsa (130/70)	B-1	200.00	342	3.80
Kepta lydekos file (tausojantis) (Ž, K)*	Ž-2	105.00	162	2.90
Lietiniai blynai su varške 9% (120/80) (G, K, P)*	Bl-6	200.00	419	2.80
Pupelių ir daržovių (bulvės, morkos, brokoliai) troškinys (tausojantis) (augalinis)	AA-3	200.00	222	2.10
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (G)*	Gar-5	100.00	153	0.50
Bulvių košė (tausojantis) (P)*	Gar-2	100.00	108	0.50
Sezoninės pjaustytos daržovės (augalinis) (tausojantis)	D-17	50.00	9	0.30
Sezoninės salotos (tausojantis)	D-18	50.00	34	0.30
Vaisiai	UV19	100.00	62	0.60
Natūralus jogurtas (P)*	Pad-4	30.00	21	0.20
Grietinė 30% riebumo (P)*	Pad-5	30.00	88	0.20
Uogienė	Pad-6	30.00	79	0.20
Grietinės 30% padažas (G, P)*	Pad-3	30.00	61	0.20
Stalo vanduo su obuoliais	Gér-13	150.00	4	0.20
Kefyras 2,5% (P)*	Gér-16	150.00	84	0.50
Pienas 2,5% (P)*	Gér-15	150.00	84	0.50
		Iš viso:	3184	
		Iš viso (dienos davinio):	3184	

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant aktozę)

KLAIPĖDOS HERMANO ZUDERMANO GIMNAZIJA (Dokumentas: Mokamas valgiaraštis (A.Naujokienės įmonė))

Direktorius, Laurynas Naujokas

1 Savaitė, Penktadienis

Pietūs 10:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Energinė vertė, kcal	Kaina
Daržovių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	Sr-9	250.00	108	1.30
Viso grūdo ruginė duona (G)*		20.00	49	0.00
Plovas su kiauliena (100/80) (plikyti ryžiai) (tausojantis) (G)*	K-2	200.00	386	3.20
Kiaulienos šnicelis (tausojantis, keptas orkaitėje) (G, K)*	K-12	90.00	300	2.60
Kiaulienos nugarinės kepsnys (K)*	K-16	90.00	166	2.80
Vištienos šlaunelių troškiny su daržovėmis (90/100) (tausojantis) (G, P, R, SA, SE)*	P-19	190.00	253	2.90
Menkių file su cukinijomis ir pomidorais (90/30) (tausojantis) (Ž)*	Ž-3	120.00	114	3.60
Sklindžiai su obuoliais ir bananais (90/30) (G, K, P)*	Bl-3	120.00	338	2.10
Grikių - daržovių kepinukai (tausojantis) (augalinis) (G, SA)*	AA-5	150.00	226	2.10
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (G)*	Gar-6	100.00	207	0.50
Virti makaronai (tausojantis) (augalinis) (G)*	Gar-7	100.00	172	0.50
Sezoninės pjaustytos daržovės (augalinis) (tausojantis)	D-17	50.00	9	0.30
Sezoninės salotos (tausojantis)	D-18	50.00	34	0.30
Vaisiai	UV19	100.00	62	0.60
Natūralus jogurtas (P)*	Pad-4	30.00	21	0.20
Grietinė 30% riebumo (P)*	Pad-5	30.00	88	0.20
Uogienė	Pad-6	30.00	79	0.20
Grietinės 30% padažas (G, P)*	Pad-3	30.00	61	0.20
Stalo vanduo su braškėmis	Gér-12	150.00	4	0.20
Kefyras 2,5% (P)*	Gér-16	150.00	84	0.50
Pienas 2,5% (P)*	Gér-15	150.00	84	0.50
Sultys	Gér-17	150.00	64	0.70
			Iš viso:	2907
			Iš viso (dienos davinio):	2907

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant aktozę), R - Riešutai, SA - Salierai ir jų produktai, SE - Sezamo sėklos ir jų produktai

Pietūs 10:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Energinė vertė, kcal	Kaina
Ankštinių daržovių (pupelių) sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	Sr-13	250.00	170	1.30
Kiaulienos maltinukas (tausojantis) (G, K)*	K-7	90.00	274	2.60
Kiaulienos karbonadas (K)*	K-4	100.00	219	2.80
Lazanija su kalakutiena (120/80) (tausojantis) (G, P)*	Mak-4	200.00	400	2.60
Kiauliena troškinta su garstyčiomis (tausojantis) (G, P, GA)*	K-17	120.00	364	2.80
Keptos lydekos juostelės su sezamo sėklomis (tausojantis) (Ž, K, SE)*	Ž-1	120.00	214	3.00
Varškės blynai (varškė 9%) (G, K, P)*	V-8	120.00	315	2.10
Daržovių troškiny su lęšiais (tausojantis) (augalinis)	AA-2	200.00	411	2.10
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (G)*	Gar-6	100.00	207	0.50
Virti makaronai (tausojantis) (augalinis) (G)*	Gar-7	100.00	172	0.50
Sezoninės pjaustytos daržovės (augalinis) (tausojantis)	D-17	50.00	9	0.30
Sezoninės salotos (tausojantis)	D-18	50.00	34	0.30
Vaisiai	UV19	100.00	62	0.60
Natūralus jogurtas (P)*	Pad-4	30.00	21	0.20
Grietinė 30% riebumo (P)*	Pad-5	30.00	88	0.20
Uogienė	Pad-6	30.00	79	0.20
Grietinės 30% padažas (G, P)*	Pad-3	30.00	61	0.20
Stalo vanduo su obuoliais	Gér-13	150.00	4	0.20
Kefyras 2,5% (P)*	Gér-16	150.00	84	0.50
Pienas 2,5% (P)*	Gér-15	150.00	84	0.50
			Iš viso:	3269
			Iš viso (dienos davinio):	3269

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), GA - Garstyčios ir jų produktai, SE - Sezamo sėklos ir jų produktai

KLAIPĖDOS HERMANO ZUDERMANO GIMNAZIJA (Dokumentas: Mokamas valgiaraštis (A.Naujokienės įmonė))

Direktorius, Laurynas Naujokas

2 Savaitė, Antradienis

Pietūs 10:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Energinė vertė, kcal	Kaina
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	Sr-5	250.00	103	1.30
Balandėliai su kiauliena (130/70) (tausojantis) (G)*	K-10	200.00	293	2.90
Vištienos šlaunelių troškiny su daržovėmis (90/100) (tausojantis) (G, P, R, SA, SE)*	P-19	190.00	253	2.90
Lietiniai blynai su kalakutienos padažu (120/80) (G, K, P)*	Bl-8	200.00	329	3.00
Lašišos file kepta su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis) (Ž, P)*	Ž-8	100.00	277	3.00
Varškės apkepas (varškė 9%) (tausojantis) (G, K, P)*	V-2	200.00	444	2.70
Mieliniai blynai (G, K, P)*	Bl-1	120.00	269	2.10
Pilno grūdo makaronai su brokoliais (130/70) (tausojantis) (augalinis) (G)*	AA-12	200.00	316	2.10
Virtos kuskuso kruopos (augalinis) (tausojantis) (G)*	Gar-13	100.00	129	0.50
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (G)*	Gar-6	100.00	207	0.50
Sezoninės pjaustytos daržovės (augalinis) (tausojantis)	D-17	50.00	9	0.30
Sezoninės salotos (tausojantis)	D-18	50.00	34	0.30
Vaisiai	UV19	100.00	62	0.60
Grietinė, 25 % riebumo (P)*		30.00	75	0.00
Natūralus jogurtas (P)*	Pad-4	30.00	21	0.20
Uogienė	Pad-6	30.00	79	0.20
Grietinės 30% padažas (G, P)*	Pad-3	30.00	61	0.20
Stalo vanduo su agurkais	Gér-10	150.00	1	0.20
Kefyras 2,5% (P)*	Gér-16	150.00	84	0.50
Pienas 2,5% (P)*	Gér-15	150.00	84	0.50
			Iš viso:	3129
			Iš viso (dienos davinio):	3129

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), R - Riešutai, SA - Salierai ir jų produktai, SE - Sezamo sėklos ir jų produktai

KLAIPĖDOS HERMANO ZUDERMANO GIMNAZIJA (Dokumentas: Mokamas valgiaraštis (A.Naujokienės [monė]))

Direktorius, Laurynas Naujokas

2 Savaitė, Trečiadienis

Pietūs 10:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Energinė vertė, kcal	Kaina
Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis) (G, K, P)*	Sr-6	250.00	168	1.30
Viso grūdo ruginė duona (G)*		20.00	49	0.00
Vištienos kepsnys (K)*	P-2	100.00	196	3.00
Vištienos guliašas (tausojantis) (G, P)*	P-3	120.00	204	2.80
Keptas vištienos maltinukas įdarytas sviestu 45% ir žolelėmis (70/20) (tausojantis, keptas orkaitėje) (G, K, P)*	P-18	90.00	322	2.80
Pilno grūdo tortilija su kiauliena (100/70) (tausojantis) (G, P)*	Tor-3	170.00	360	2.90
Kepta lydekos file (tausojantis) (Ž, K)*	Ž-2	105.00	162	2.90
Kepti varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis, keptas orkaitėje) (G, K, P)*	V-4	150.00	351	2.60
Kopūstų kepsneliai (tausojantis) (augalinis) (G)*	AA-7	200.00	173	2.10
Biri ryžių (plikyti) kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (G)*	Gar-4	100.00	160	0.50
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (G)*	Gar-6	100.00	207	0.50
Sezoninės salotos (tausojantis)	D-18	50.00	34	0.30
Sezoninės pjaustytos daržovės (augalinis) (tausojantis)	D-17	50.00	9	0.30
Vaisiai	UV19	100.00	62	0.60
Natūralus jogurtas (P)*	Pad-4	30.00	21	0.20
Grietinė 10% riebumo (P)*		30.00	36	0.00
Uogienė	Pad-6	30.00	79	0.20
Grietinės 30% padažas (G, P)*	Pad-3	30.00	61	0.20
Stalo vanduo su citrinomis	Gér-5	150.00	3	0.20
Kefyras 2,5% (P)*	Gér-16	150.00	84	0.50
Pienas 2,5% (P)*	Gér-15	150.00	84	0.50
			Iš viso:	2822
			Iš viso (dienos davinio):	2822

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

KLAIPĖDOS HERMANO ZUDERMANO GIMNAZIJA (Dokumentas: Mokamas valgiaraštis (A.Naujokienės įmonė))

Direktorius, Laurynas Naujokas

2 Savaitė, Ketvirtadienis

Pietūs 10:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Energinė vertė, kcal	Kaina
Trinta daržovių sriuba su bulvėmis (tausojantis) (P)*	Sr-10	250.00	185	1.30
Natūralus kiaulienos karbonadas (tausojantis)	K-13	90.00	185	2.80
Keptas kiaulienos maltinukas (tausojantis, keptas orkaitėje) (G, K)*	K-9	100.00	381	2.70
Jautiena troškinta su pupelėmis (90/60) (tausojantis)	J-1	150.00	315	3.00
Virtų bulvių blynai su kiauliena (140/60) (K)*	B-7	200.00	458	3.00
Lydekos file užkepėlė su daržovėmis ir ryžiais (100/200) (tausojantis) (G, Ž, K, P)*	Ž-4	300.00	552	3.20
Lietiniai blynai su bananais (120/80) (G, K, P)*	Bl-7	200.00	303	2.80
Daržovių troškiny su griekiais (tausojantis) (augalinis) (G)*	AA-6	200.00	411	2.10
Bulvių - brokolių košė (tausojantis) (P)*	Gar-8	100.00	97	0.50
Virti lęšai (tausojantis) (augalinis)	Gar-10	100.00	167	0.50
Sezoninės pjaustytos daržovės (augalinis) (tausojantis)	D-17	50.00	9	0.30
Sezoninės salotos (tausojantis)	D-18	50.00	34	0.30
Vaisiai	UV19	100.00	62	0.60
Natūralus jogurtas (P)*	Pad-4	30.00	21	0.20
Grietinė 10% riebumo (P)*		30.00	36	0.00
Grietinės 30% padažas (G, P)*	Pad-3	30.00	61	0.20
Uogienė	Pad-6	30.00	79	0.20
Stalo vanduo su citrinomis	Gér-5	150.00	3	0.20
Kefyras 2,5% (P)*	Gér-16	150.00	84	0.50
Pienas 2,5% (P)*	Gér-15	150.00	84	0.50
			Iš viso: 3527	
			Iš viso (dienos davinio): 3527	

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

KLAIPĖDOS HERMANO ZUDERMANO GIMNAZIJA (Dokumentas: Mokamas valgiaraštis (A.Naujokienės įmonė))

Direktorius, Laurynas Naujokas

2 Savaitė, Penktadienis

Pietūs 10:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Energinė vertė, kcal	Kaina
Žiedinių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	Sr-14	250.00	112	1.30
Viso grūdo ruginė duona (G)*		20.00	49	0.00
Vištienos file kepsneliai su sezamais (tausojantis, keptas orkaitėje) (K, SE)*	P-21	90.00	183	3.00
Kalakutienos guliašas (tausojantis) (G, P)*	P-10	150.00	234	2.90
Vištienos šnicelis (tausojantis, keptas orkaitėje) (G, K)*	P-23	90.00	220	2.70
Kepti lašišų file gabalėliai (tausojantis) (G, Ž, K)*	Ž-11	100.00	265	3.00
Virti varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis) (G, K, P)*	V-1	150.00	360	2.70
Šparaginių pupelių troškinyas (tausojantis, augalinis) (SE)*	D-13	150.00	146	1.60
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (G)*	Gar-5	100.00	153	0.50
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	Gar-1	100.00	85	0.50
Sezoninės pjaustytos daržovės (augalinis) (tausojantis)	D-17	50.00	9	0.30
Sezoninės salotos (tausojantis)	D-18	50.00	34	0.30
Vaisiai	UV19	100.00	62	0.60
Natūralus jogurtas (P)*	Pad-4	30.00	21	0.20
Grietinė 10% riebumo (P)*		30.00	36	0.00
Grietinės 30% padažas (G, P)*	Pad-3	30.00	61	0.20
Uogienė	Pad-6	30.00	79	0.20
Stalo vanduo su apelsiniais	Gér-7	150.00	4	0.20
Kefyras 2,5% (P)*	Gér-16	150.00	84	0.50
Pienas 2,5% (P)*	Gér-15	150.00	84	0.50
Sultys	Gér-17	150.00	64	0.70
			Iš viso: 2344	
			Iš viso (dienos davinio): 2344	

* **Alergenai:** G - Gliūto turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SE - Sezamo sėklos ir jų produktai

KLAIPĖDOS HERMANO ZUDERMANO GIMNAZIJA (Dokumentas: Mokamas valgiaraštis (A.Naujokienės įmonė))

Direktorius, Laurynas Naujokas

3 Savaitė, Pirmadienis

Pietūs 10:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga, g	Energinė vertė, kcal	Kaina
Ankštinių daržovių (avinžirnių) sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) (G, SE)*	Sr-12	250.00	178	1.30
Viso grūdo ruginė duona (G)*		20.00	49	0.00
Kiaulienos karbonadas (K)*	K-4	100.00	219	2.80
Kiaulienos šnicelis (tausojantis, keptas orkaitėje) (G, K)*	K-12	90.00	300	2.60
Kepti kiaulienos sprandinės gabaliukai (tausojantis)	K-6	130.00	504	3.20
Įdaryta paprika su vištiena (120/60) (tausojantis) (G, P)*	P-15	180.00	227	2.80
Lydekos file kepinukai (tausojantis) (Ž, K)*	Ž-7	100.00	251	2.80
Varškės ir ryžių (plikyti) apkepas (varškė 9%) (tausojantis) (G, K, P)*	V-3	200.00	526	2.70
Perlinio kuskuso troškiny su daržovėmis (tausojantis) (augalinis)	AA-11	200.00	310	2.30
Bulvių košė (tausojantis) (P)*	Gar-2	100.00	108	0.50
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (G)*	Gar-6	100.00	207	0.50
Sezoninės salotos (tausojantis)	D-18	50.00	34	0.30
Sezoninės pjaustytos daržovės (augalinis) (tausojantis)	D-17	50.00	9	0.30
Vaisiai	UV19	100.00	62	0.60
Grietinė 30% riebumo (P)*	Pad-5	30.00	88	0.20
Natūralus jogurtas (P)*	Pad-4	30.00	21	0.20
Grietinės 30% padažas (G, P)*	Pad-3	30.00	61	0.20
Uogienė	Pad-6	30.00	79	0.20
Stalo vanduo su greipfrutais	Gėr-8	150.00	3	0.20
Kefyras 2,5% (P)*	Gėr-16	150.00	84	0.50
Pienas 2,5% (P)*	Gėr-15	150.00	84	0.50
			Iš viso: 3403	
			Iš viso (dienos davinio): 3403	

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), SE - Sezamo sėklos ir jų produktai

KLAIPĖDOS HERMANO ZUDERMANO GIMNAZIJA (Dokumentas: Mokamas valgiaraštis (A.Naujokienės įmonė))

Direktorius, Laurynas Naujokas

3 Savaitė, Antradienis

Pietūs 10:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga, g	Energinė vertė, kcal	Kaina
Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis (tausojantis) (P)*	Sr-2	250.00	178	1.20
Viso grūdo ruginė duona (G)*		20.00	49	0.00
Jautiena troškinta su daržovėmis (90/110) (tausojantis)	J-3	200.00	260	3.00
Virti makaronai su kiauliena (220/80) (tausojantis) (G, P)*	Mak-5	300.00	470	2.60
Plovas su kalakutiena (100/80) (plikyti ryžiai) (tausojantis) (G)*	P-6	200.00	277	3.20
Orkaitėje keptas lašišų file maltinukas (tausojantis) (G, Ž, K)*	Ž-6	100.00	268	2.90
Sklandžiai su varške 9% (G, K, P)*	BI-9	120.00	370	2.10
Cukinijos įdarytos Tofu sūriu ir daržovėmis (tausojantis) (augalinis)	AA-10	250.00	201	3.30
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (G)*	Gar-6	100.00	207	0.50
Virtos bulgur kruopos (augalinis) (tausojantis) (G)*	Gar-12	100.00	133	0.50
Sezoninės pjaustytos daržovės (augalinis) (tausojantis)	D-17	50.00	9	0.30
Sezoninės salotos (tausojantis)	D-18	50.00	34	0.30
Vaisiai	UV19	100.00	62	0.60
Natūralus jogurtas (P)*	Pad-4	30.00	21	0.20
Grietinė 30% riebumo (P)*	Pad-5	30.00	88	0.20
Grietinės 30% padažas (G, P)*	Pad-3	30.00	61	0.20
Uogienė	Pad-6	30.00	79	0.20
Stalo vanduo su greipfrutais	Gér-8	150.00	3	0.20
Kefyras 2,5% (P)*	Gér-16	150.00	84	0.50
Pienas 2,5% (P)*	Gér-15	150.00	84	0.50
			Iš viso: 2937	
			Iš viso (dienos davinio): 2937	

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

KLAIPĖDOS HERMANO ZUDERMANO GIMNAZIJA (Dokumentas: Mokamas valgiaraštis (A.Naujokienės įmonė))

Direktorius, Laurynas Naujokas

3 Savaitė, Trečiadienis

Pietūs 10:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Energinė vertė, kcal	Kaina
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	Sr-4	250.00	110	1.30
Viso grūdo ruginė duona (G)*		20.00	49	0.00
Vištienos kepsnys (K)*	P-2	100.00	196	3.00
Kepti vištienos šlaunelių mėsos gabalėliai (tausojantis, keptas orkaitėje)	P-14	100.00	191	2.90
Vištienos kukulis (tausojantis) (K)*	P-7	90.00	173	2.80
Lietiniai blynai su virtu kumpiu ir fermentiniu sūriu 45% (120/80) (G, K, P)*	Bl-5	200.00	411	2.80
Lydekos file užkepta daržovėmis (100/50) (tausojantis) (Ž, K)*	Ž-9	150.00	154	3.30
Kepti varškėčiai (varškė 9%) (tausojantis, keptas orkaitėje) (G, K, P)*	V-4	150.00	351	2.60
Pilno grūdo makaronai su daržovėmis (tausojantis) (augalinis) (G)*	AA-8	200.00	307	2.10
Biri ryžių (plikyti) kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (G)*	Gar-4	100.00	160	0.50
Virti lęšai (tausojantis) (augalinis)	Gar-10	100.00	167	0.50
Sezoninės pjaustytos daržovės (augalinis) (tausojantis)	D-17	50.00	9	0.30
Sezoninės salotos (tausojantis)	D-18	50.00	34	0.30
Vaisiai	UV19	100.00	62	0.60
Natūralus jogurtas (P)*	Pad-4	30.00	21	0.20
Grietinė 30% riebumo (P)*	Pad-5	30.00	88	0.20
Grietinės 30% padažas (G, P)*	Pad-3	30.00	61	0.20
Uogienė	Pad-6	20.00	52	0.20
Stalo vanduo su kriaušėmis	Gér-14	150.00	4	0.20
Kefyras 2,5% (P)*	Gér-16	150.00	84	0.50
Pienas 2,5% (P)*	Gér-15	150.00	84	0.50
		Iš viso:	2768	
		Iš viso (dienos davinio):	2768	

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę)

KLAIPĖDOS HERMANO ZUDERMANO GIMNAZIJA (Dokumentas: Mokamas valgiaraštis (A.Naujokienės įmonė))

Direktorius, Laurynas Naujokas

3 Savaitė, Ketvirtadienis

Pietūs 10:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Energinė vertė, kcal	Kaina
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis) (G)*	Sr-19	250.00	182	1.30
Viso grūdo ruginė duona (G)*		20.00	49	0.00
Kiaulienos karbonadas užkeptas daržovėmis ir sūriu 45% (100/20) (tausojantis, keptas orkaitėje) (K, P)*	K-11	120.00	324	3.00
Keptas kiaulienos maltinukas (tausojantis, keptas orkaitėje) (G, K)*	K-9	100.00	381	2.70
Vištienos šlaunelių troškiny su daržovėmis (90/100) (tausojantis) (G, P, R, SA, SE)*	P-19	190.00	253	2.90
Pilno grūdo tortilija su vištiena (60/110) (tausojantis) (G, P)*	Tor-1	170.00	287	2.90
Virtos dešrelės (tausojantis)	K-18	90.00	259	2.10
Keptos lydekos juostelės su sezamo sėklomis (tausojantis) (Ž, K, SE)*	Ž-1	70.00	125	3.00
Sklandžiai su obuoliais ir bananais (90/30) (G, K, P)*	BI-3	120.00	338	2.10
Baltos pupelės troškintos su pomidorų padažu (tausojantis) (augalinis)	AA-14	150.00	317	1.60
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (G)*	Gar-6	100.00	207	0.50
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	Gar-1	100.00	85	0.50
Sezoninės pjaustytos daržovės (augalinis) (tausojantis)	D-17	50.00	9	0.30
Sezoninės salotos (tausojantis)	D-18	50.00	34	0.30
Vaisiai	UV19	100.00	62	0.60
Natūralus jogurtas (P)*	Pad-4	30.00	21	0.20
Grietinė 30% riebumo (P)*	Pad-5	30.00	88	0.20
Grietinės 30% padažas (G, P)*	Pad-3	30.00	61	0.20
Uogienė	Pad-6	30.00	79	0.20
Stalo vanduo su agurkais	Gér-10	150.00	1	0.20
Kefyras 2,5% (P)*	Gér-16	150.00	84	0.50
Pienas 2,5% (P)*	Gér-15	150.00	84	0.50
		Iš viso:	3328	
		Iš viso (dienos davinio):	3328	

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), R - Riešutai, SA - Salierai ir jų produktai, SE - Sezamo sėklos ir jų produktai

KLAIPĖDOS HERMANO ZUDERMANO GIMNAZIJA (Dokumentas: Mokamas valgiaraštis (A.Naujokienės [monė]))

Direktorius, Laurynas Naujokas

3 Savaitė, Penktadienis

Pietūs 10:30 - 12:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga, g	Energinė vertė, kcal	Kaina
Pomidorinė sriuba su bulvėmis ir cukinija (augalinis) (tausojantis)	Sr-20	250.00	117	1.30
Vištienos file užkepta daržovėmis ir sūriu 45% (100/20) (tausojantis, keptas orkaitėje) (K, P)*	P-13	120.00	301	3.30
Vištienos kepinukai (tausojantis) (K)*	P-16	80.00	213	2.60
Kalakutienos kepsnys su migdolo drožlėmis (tausojantis, keptas orkaitėje) (K, R)*	P-9	100.00	207	3.20
Keptas vištienos maltinukas (tausojantis, keptas orkaitėje) (G, K)*	P-5	90.00	252	2.70
Kepta lydekos file (tausojantis) (Ž, K)*	Ž-2	105.00	162	2.90
Varškės ir virtų bulvių kukuliai (90/80) (varškė 9%) (tausojantis) (K, P)*	V-7	200.00	278	2.50
Moliūgų, brokolių, morkų ir avinžirnių troškiny (tausojantis) (augalinis) (G, SE)*	AA-4	200.00	217	2.10
Biri perlinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (G)*	Gar-5	100.00	153	0.50
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) (G)*	Gar-6	100.00	207	0.50
Sezoninės salotos (tausojantis)	D-18	50.00	34	0.30
Sezoninės pjaustytos daržovės (augalinis) (tausojantis)	D-17	50.00	9	0.30
Vaisiai	UV19	100.00	62	0.60
Natūralus jogurtas (P)*	Pad-4	30.00	21	0.20
Grietinė 30% riebumo (P)*	Pad-5	30.00	88	0.20
Grietinės 30% padažas (G, P)*	Pad-3	30.00	61	0.20
Uogienė	Pad-6	30.00	79	0.20
Stalo vanduo su mėtomis	Gér-9	150.00	4	0.20
Kefyras 2,5% (P)*	Gér-16	150.00	84	0.50
Pienas 2,5% (P)*	Gér-15	150.00	84	0.50
Sultys	Gér-17	150.00	64	0.70
			Iš viso:	2694
			Iš viso (dienos davinio):	2694

* **Alergenai:** G - Glitimo turintys javai, Ž - Žuvis ir jų produktai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), R - Riešutai, SE - Sezamo sėklos ir jų produktai