

UŽDAROJI AKCINĖ BENDROVĖ "LEMANDA"

ŠVIOS PRADINĖ MOKYKLA

VALGIARAŠTIS

2020 m. spalio 19 d., pirmadienis

PATIEKALAS	Gramai	Kalorijos	Kaina, Eur
Žirnių sriuba	250	175,3	0,40
PUSRYČIAI *Avižinių dribsnių košė+ arbata, vaisiai	200/200	409,75	1,20
PAVAKARIAI* Skindžiai su obuoliais, grietinė+arbata	150/150	289,54	1,50
Kiaulienos karbonadas su bulvėmis ir daržovėmis	100/100/100	389,54	2,30

I KOMPLEKSINIAI PIETŪS Tausojantis**KAINA 1,80 Eur**

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	Kalorijos
Žirnių sriuba	200	2,80	6,21	30,42	77,44
Kiaulienos maltinukas	80	9,97	8,38	6,49	256,09
Virtos bulvės su krapais	80	26,30	24,00	52,30	95,26
Šviežių kopūstų salotos su pomidorais	80	0,46	2,57	2,55	63,40
Geriamas vanduo	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso		39,53	41,16	91,76	492,19

II KOMPLEKSINIAI PIETŪS**KAINA 1,80 Eur**

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	Kalorijos
Žirnių sriuba	200	2,80	6,21	30,42	77,44
Virti viso grūdo makaronai su malta kiauliena	160	15,31	7,48	37,63	349,61
Šviežių kopūstų salotos su pomidorais	80	0,46	2,57	2,55	63,40
Geriamas vanduo	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso		18,57	16,26	70,60	490,45

*"Tausojantis" -tausojantis gamybos būdas (virtas vandenyje ar garuose, troškintas, keptas orkaitėje, žemoje temperatūroje)

*"Augalinis"- pagaminta iš augalinės kilmės produktų

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens

Dėl konkrečios informacijos apie patiekaluose esančius alergenų ar netoleravimą sukeliančius medžiagas kreiptis į virtuvės darbuotojus

VMVT nemokama linija 8800 40403

VVSPT linija 8526 49676

Sudarė

Ilja Lepiochinas

UŽDAROJI AKCINĖ BENDROVĖ "LEMANDA"

ŠVIOSOS PRADINĖ MOKYKLA

VALGIARAŠTIS

2020 m. spalio 20 d., antradienis

PATIEKALAS	Gramai	Kalorijos	Kaina, Eur
Burokėlių sriuba su grietine	250	183,6	0,40
PUSRYČIAI *Kukurūzų kruopų košė+ arbata, vaisiai	200/200	496,07	1,20
PAVAKARIAI* Žemaičių blynas, grietinė+arbata	120/200	294,78	1,50
Kepsnys "Vaidilutė" (vištiena su sviestu), ryžiai, šv. agurkai su pomidorais	100/100/100	452,13	2,30

I KOMPLEKSINIAI PIETŪS Tausojantis**KAINA 1,80 Eur**

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	Kalorijos
Burokėlių sriuba su grietine	200/10	2,04	7,60	15,02	74,37
Viso grūdo ruginė duona	20	2,56	0,76	17,72	87,96
Vištienos plovas	200	14,62	6,14	7,54	255,60
Rauginti (švieži) agurkai	40	1,6	0,1	15,1	39,56
Stalo vanduo su citrina	200/2	0,10	0,06	1,29	4,34
Viso		20,92	14,66	56,67	461,83

II KOMPLEKSINIAI PIETŪS**KAINA 1,80 Eur**

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	Kalorijos
Burokėlių sriuba su grietine	200/10	2,04	5,09	13,02	74,37
Lietiniai blynai su varške ir grietine	200/20	5,60	8,34	32,09	295,98
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, cukinija)	80	1,12	5,08	7,41	65,39
Viso grūdo ruginė duona	20	2,56	0,76	17,72	87,96
Stalo vanduo su apelsinu	200/2	0,10	0,06	1,29	4,34
Viso		11,42	19,33	71,53	528,04

*"Tausojantis" -tausojantis gamybos būdas (virtas vandenyje ar garuose, troškintas, keptas orkaitėje, žemoje temperatūroje)

*"Augalinis"- pagaminta iš augalinės kilmės produktų

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens

Dėl konkrečios informacijos apie patiekaluose esančius alergenų ar netoleravimą sukkeliančias medžiagas kreiptis į virtuvės darbuotojus

VMVT nemokama linija 8800 40403

VVSPT linija 8526 49676

Sudarė

Ilja Lepiochinas

UŽDAROJI AKCINĖ BENDROVĖ "LEMANDA"

ŠVIOS PRADINĖ MOKYKLA

VALGIARAŠTIS

2020 m. spalio 21 d., trečiadienis

PATIEKALAS	Gramai	Kalorijos	Kaina, Eur
Pieniška ryžių sriuba	250	236,5	0,40
PUSRYČIAI *Perlinių kruopų košė+ arbata, vaisiai	200/200	289,54	1,20
PAVAKARIAI*Lietinis blynas su bananu, grietinė+arbata	120/200	408,22	1,50
Lietiniai blynai su kumpiu ir fermentiniu sūriu, grietinė	200/20	496,07	2,00

I KOMPLEKSINIAI PIETŪS Tausojantis**KAINA 1,80 Eur**

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	Kalorijos
Pieniška ryžių sriuba	200	4,92	4,54	16,92	118,20
Varškės skindžiai su grietine	150/30	21,22	10,93	40,75	276,24
Viso grūdo ruginė duona	10	2,56	0,76	17,72	43,68
Vaisiai	50	1,53	0,36	12,3	43,00
Geriamas vanduo	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso		30,23	16,59	87,69	481,12

II KOMPLEKSINIAI PIETŪS**KAINA 1,80 Eur**

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	Kalorijos
Pieniška ryžių sriuba	200	4,92	4,54	16,92	118,20
Kiaulienos- grikių troškinys	150	3,73	11,49	38,25	256,98
Šviežių daržovių rinkinukas	80	2,98	0,2	12,85	69,39
Viso grūdo ruginė duona	10	2,56	0,76	17,72	43,68
Geriamas vanduo	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso		14,19	16,99	85,74	488,25

*"Tausojantis" -tausojantis gamybos būdas (virtas vandenyje ar garuose, troškintas, keptas orkaitėje, žemoje temperatūroje)

*"Augalinis"- pagaminta iš augalinės kilmės produktų

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens

Dėl konkrečios informacijos apie patiekaluose esančius alergenų ar netoleravimą sukkeliančias medžiagas kreiptis į virtuvės darbuotojus

VMVT nemokama linija 8800 40403**VVSPT linija** 8526 49676

Sudarė

Ilja Lepiochinas

UŽDAROJI AKCINĖ BENDROVĖ "LEMANDA"

ŠVIOSOS PRADINĖ MOKYKLA

VALGIARAŠTIS

2020 m. spalio 22 d., ketvirtadienis

PATIEKALAS	Gramai	Kalorijos	Kaina, Eur
Baltųjų pupelių sriuba	250	243,6	0,40
PUSRYČIAI *Ryžių košė+ arbata	200/200	421,39	1,20
PAVAKARIAI* Virti kietagrūdžiai makaronai su sūriu+arbata	120/200	359,12	1,50
Kepta vištienos filė, ryžiai, daržovės	100/100/100	289,54	2,30

I KOMPLEKSINIAI PIETŪS Tausojantis**KAINA 1,80 Eur**

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	Kalorijos
Baltųjų pupelių sriuba	200	4,31	5,16	19,92	112,36
Menkės filė su daržovėmis	70/30	14,64	3,67	7,32	145,69
Virti ryžiai	80	1,90	1,70	13,28	72,69
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, agurkai, paprika)	80	1,12	5,08	7,41	65,39
Viso grūdo ruginė duona	20	2,56	0,76	17,72	87,96
Stalo vanduo su citrina	200/2	0,10	0,06	1,29	4,34
Viso		24,63	16,43	66,94	488,43

II KOMPLEKSINIAI PIETŪS Augalinis**KAINA 1,80 Eur**

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	Kalorijos
Pupelių sriuba	200	2,51	2,90	10,40	112,36
Keptas kiaulienos mentės netikras zuikis	80	9,12	4,61	35,59	186,66
Virti ryžiai	80	1,90	1,70	13,28	72,69
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, agurkai, paprika)	80	1,12	5,08	7,41	65,39
Viso grūdo ruginė duona	20	2,56	0,76	17,72	87,96
Stalo vanduo su citrina	200/2	0,10	0,06	1,29	4,34
Viso		17,31	15,11	85,69	529,40

*"Tausojantis" -tausojantis gamybos būdas (virtas vandenyje ar garuose, troškintas, keptas orkaitėje, žemoje temperatūroje)

*"Augalinis"- pagaminta iš augalinės kilmės produktų

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens

Dėl konkrečios informacijos apie patiekaluose esančius alergenų ar netoleravimą sukkeliančias medžiagas kreiptis į virtuvės darbuotojus

VMVT nemokama linija 8800 40403**VVSPT linija** 8526 49676

Sudarė

Ilja Lepiochinas

UŽDAROJI AKCINĖ BENDROVĖ "LEMANDA"

ŠVIOSOS PRADINĖ MOKYKLA

VALGIARAŠTIS

2020 m. spalio 23 d., penktadienis

PATIEKALAS	Gramai	Kalorijos	Kaina, Eur
Daržovių sriuba su vištienos kukulaičiais	250/10	189,65	0,45
PUSRYČIAI *Miežinių dribsnių košė+ arbata	200/200	425,65	1,20
PAVAKARIAI* Varškės spygliukai su grietine+arbata	120/200	423,50	1,50
Lazanija su malta mėsa ir fermentiniu sūriu	200	521,6	2,10

I KOMPLEKSINIAI PIETŪS Tausojantis**KAINA 1,80 Eur**

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	Kalorijos
Daržovių sriuba su vištienos kukulaičiais	200	4,61	5,68	11,10	83,94
Troškinta jautiena su brokoliais ir morkomis	70/40	15,67	5,63	5,59	175,65
Virti griekiai	80	2,75	3,38	17,75	92,38
Virtų burokėlių skiltelės su citriniu užpilu	80	0,59	2,04	4,41	49,56
Viso grūdo ruginė duona	20	2,56	0,76	17,72	87,96
Geriamas vanduo	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso		26,18	17,49	56,57	489,49

II KOMPLEKSINIAI PIETŪS**KAINA 1,80 Eur**

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Baltymai	Riebalai	Anglia-vandeniai	Kalorijos
Daržovių sriuba su vištienos kukulaičiais	200	4,61	13,27	25,24	357,91
Bulvių plokštainis su kiauliena ir grietine	200/20	0,59	2,04	4,41	49,56
Vaisiai	1	1,35	0,15	17,55	76,95
Geriamas vanduo	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Viso		6,55	15,46	47,20	484,42

*"Tausojantis" -tausojantis gamybos būdas (virtas vandenyje ar garuose, troškintas, keptas orkaitėje, žemoje temperatūroje)

*"Augalinis"- pagaminta iš augalinės kilmės produktų

Vaikams sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens

Dėl konkrečios informacijos apie patiekaluose esančius alergenų ar netoleravimą sukeliančias medžiagas kreiptis į virtuvės darbuotojus

VMVT nemokama linija 8800 40403

VVSPT linija 8526 49676

Sudarė

Ilja Lepiochinas