



TVIRTINU
Direktorius

Evaldas Ulevičius
2024 03 08

KALVARIJOS GIMNAZIJOJOS
15 DIENŲ PIETŲ VALGIARAŠTIS 11 METŲ IR VYRESNIEMS
NEMOKAMAI MAITINAMIEMS MOKINIAMS

Pietūs 11.30-14.00

1 savaitė pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Svoris (g)	Energinė vertė kcal
Žirnių sriuba su bulvėmis, morkomis. "Augalinis", "Tausojantis"	1-3/24AT	150	105,17
Vištienos kukulis su morkomis. "Tausojantis"	10-3/61T	100	121,20
Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi. "Augalinis", "Tausojantis"	3-3/43AT	100	193,95
Šviežių kopūstų, morkų salotos su aliejaus padažu. "Augalinis"	2-1/19A	Savitarna	
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai). "Augalinis"	D-006	Savitarna	
Vaisiai (įvairūs) uogos(sezono metu), sūrio lazdelės 40%	V-1	Savitarna	
Stalo vanduo, kefyras 2,5%	G-009	Savitarna	

1 savaitė antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Svoris (g)	Energinė vertė kcal
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu. "Augalinis", "Tausojantis"	1-3/31AT	150	104,77
Grietinėleje troškinta kalakutienos filė su morkomis "Tausojantis"	P014	100	229,05
Miežinių kruopų košė su sviestu 82%. "Tausojantis"	3-3/30T	70	69,98
Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi. "Augalinis"	2-1/1A	Savitarna	
Virtų burokėlių salotos su šviežiais obuoliais ir aliejaus padažu "Augalinis"	2-3/63A	Savitarna	
Vaisiai (įvairūs) uogos(sezono metu), sūrio lazdelės 40%	V-1	Savitarna	
Stalo vanduo	G-009	Savitarna	

Direktorius
Evaldas Ulevičius

1 savaitė trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Svoris (g)	Energinė vertė kcal
Barščių sriuba su bulvėmis. "Tausojantis." "Augalinis"	S-20 AT	150	90,52
Orkaitėje keptas maltos žuvies (jūros lydeka) kotletas. "Tausojantis"	9-8/162T	110	146,39
Ryžių (nešlifotų) košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi. "Augalinis", "Tausojantis"	3-3/36AT	100	139,40
Šviežių daržovių rinkinukas (paprikos, agurkai). "Augalinis"	D-006	Savitarna	
Morkų, obuolių ir salierų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi. "Augalinis"	2-1/21A	Savitarna	
Vaisiai (įvairūs) uogos(sezono metu), sūrio lazdelės 40%	V-1	Savitarna	
Stalo vanduo	G-009	Savitarna	

1 savaitė ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Svoris (g)	Energinė vertė kcal
Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija. "Augalinis", "Tausojantis"	1-3/35AT	150	135,87
Orkaitėje keptas kiaulienos maltinukas praturtintas kviečių sėlenomis. "Tausojantis"	K002	100	205,31
Bulvių košė su sviestu 82%. "Tausojantis"	G-1	90	92,61
Šviežių kopūstų, morkų salotos su aliejaus padažu. "Augalinis"	2-1/19A	Savitarna	
Šviežių daržovių rinkinukas (pomidorai, morkos). "Augalinis"	D-006	Savitarna	
Vaisiai (įvairūs) uogos(sezono metu), sūrio lazdelės 40%	V-1	Savitarna	
Stalo vanduo	G-009	Savitarna	

1 savaitė penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Svoris (g)	Energinė vertė kcal
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba. "Augalinis", "Tausojantis"	1-3/36AT	150	173,44
Kepti orkaitėje varškėčiai (varškė 9%) su kvietiniais miltais "Tausojantis"	MP-16	140	328,52
Natūrali grietinė 30%	P-5	20	73,25
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų, porų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi. "Augalinis" (35/14/11/7)	2-1/7A	Savitarna	
Vaisiai (įvairūs) uogos(sezono metu), sūrio lazdelės 40%	V-1	Savitarna	
Stalo vanduo	G-009	Savitarna	



Direktorius
Evaldas Ulevičius

2 savaitė pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Svoris (g)	Energinė vertė kcal
Šviežių kopūstų sriuba "Augalinis, "Tausojantis"	1-3/41AT	150	94,38
Orkaitėje keptas kiaulienos maltinukas praturtintas kviečių sėlenomis. "Tausojantis"	K002	100	205,31
Miežinių kruopų košė su sviestu 82%. "Tausojantis"	3-3/30T	100	99,97
Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi. "Augalinis"	2-1/1A	Savitarna	
Morkų ir kopūstų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi. "Augalinis"	2-1/4A	Savitarna	
Vaisiai (įvairūs) uogos(sezono metu), sūrio lazdelės 40%	V-1	Savitarna	
Stalo vanduo, kefyras 2,5%	G-009	Savitarna	

2 savaitė antradienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Svoris (g)	Energinė vertė kcal
Barščių sriuba su bulvėmis. "Tausojantis". "Augalinis"	S-20 AT	150	90,52
Kalakutienos kukulis su morkomis. "Tausojantis"	10-3/62T	100	120,31
Biri perlinių kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi. "Augalinis", "Tausojantis"	3-3/45AT	110	146,99
Tarkuotos šviežios morkos su obuoliais, citrinos sultimis. "Augalinis"	2-1/25A	Savitarna	
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai). "Augalinis"	D-006	Savitarna	
Vaisiai (įvairūs) uogos(sezono metu), sūrio lazdelės 40%	V-1	Savitarna	
Stalo vanduo	G-009	Savitarna	

2 savaitė trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Svoris (g)	Energinė vertė kcal
Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu.	1-3/31AT	150	104,77
Kepta riebi žuvis (šamas) su prieskoninėmis žolelėmis. "Tausojantis"	9-7/145T	90	246,98
Virtos bulvės. "Augalinis", "Tausojantis"	4-3/65AT	90	76,11
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu. "Augalinis"	2-1/19A	Savitarna	
Virtų burokėlių salotos su šviežiais obuoliais ir aliejaus padažu "Augalinis"	2-3/63A	Savitarna	
Vaisiai (įvairūs) uogos(sezono metu), sūrio lazdelės 40%	V-1	Savitarna	
Stalo vanduo	G-009	Savitarna	



2 savaitė ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Svoris (g)	Energinė vertė kcal
Žirnių sriuba su bulvėmis, morkomis. "Augalinis", "Tausojantis"	1-3/24AT	150	105,17
Kiaulienos guliašas. "Tausojantis"	AP-35	100/60	330,90
Miežinių kruopų košė su sviestu 82%. "Tausojantis"	3-3/30T	70	69,98
Šviežių kopūstų, cukinijų, ir morkų salotos su saulėgražų sėklomis ir ypač tyru alyvuogių aliejumi. "Augalinis"	2-1/22A	Savitarna	
Šviežių, daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai). "Augalinis"	D-006	Savitarna	
Vaisiai (įvairūs) uogos(sezono metu), sūrio lazdelės 40%	V-1	Savitarna	
Stalo vanduo	G-009	Savitarna	

2 savaitė penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Svoris (g)	Energinė vertė kcal
Pomidorinė sriuba su ryžiais (nešlifuoti). "Augalinis", "Tausojantis"	1-3/33AT	150	95,23
Varškės (varškė 9%) apkepas su razinomis "Tausojantis"	M-1	150	243,82
Natūrali grietinė 30%	P-5	20	73,25
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų, porų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi. "Augalinis" (45/14/11/7)	2-1/7A	Savitarna	
Vaisiai (įvairūs) uogos(sezono metu), sūrio lazdelės 40%	V-1	Savitarna	
Stalo vanduo	G-009	Savitarna	

3 savaitė pirmadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Svoris (g)	Energinė vertė kcal
Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis. "Augalinis", "Tausojantis"	1-3/30AT	150	120,74
Vištienos kukulis su morkomis. "Tausojantis"	10-3/61T	100	121,20
Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi. "Augalinis", "Tausojantis"	3-3/43AT	100	193,95
Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu. "Augalinis"	2-1/19A	Savitarna	
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai). "Augalinis"	D-006	Savitarna	
Vaisiai (įvairūs) uogos(sezono metu), sūrio lazdelės 40%		Savitarna	
Stalo vanduo, kefyras 2,5%	G-009	Savitarna	



3 savaitė antradienis

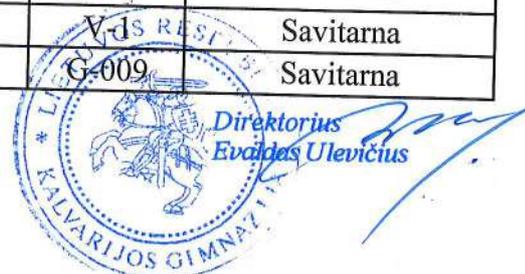
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Svoris (g)	Energinė vertė kcal
Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis. "Augalinis", "Tausojantis"	1-3/25AT	150	140,99
Kepti varškėčiai (varškė 9%) su morkomis "Tausojantis"	MP-17	140	353,10
Natūrali grietinė 30%	P-5	20	73,25
Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų, porų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi. "Augalinis" (35/14/11/7)	2-1/7A	Savitarna	
Vaisiai (įvairūs) uogos(sezono metu), sūrio lazdelės 40%	V-1	Savitarna	
Stalo vanduo	G-009	Savitarna	

3 savaitė trečiadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Svoris (g)	Energinė vertė kcal
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba. "Augalinis", "Tausojantis"	1-3/36AT	150	173,43
Keptas orkaitėje žuvies (jūros lydeka) paplotėlis. "Tausojantis"	9-8/163T	100	122,04
Miežinių kruopų košė su sviestu 82%. "Tausojantis"	3-3/30T	90	89,97
Šviežių daržovių rinkinukas (paprikos, agurkai). "Augalinis"	D-006	Savitarna	
Morkų, obuolių ir salierų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi. "Augalinis"	2-1 21A	Savitarna	
Vaisiai (įvairūs) uogos(sezono metu), sūrio lazdelės 40%	V-1	Savitarna	
Stalo vanduo	G-009	Savitarna	

3 savaitė ketvirtadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Svoris (g)	Energinė vertė kcal
Šviežių kopūstų sriuba "Augalinis", "Tausojantis"	1-3/41AT	150	94,38
Kalakutienos šlaunelių mėsos guliašas. "Tausojantis"	AP-23T	90/40	241,06
Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi. "Augalinis", "Tausojantis"	3-3/43AT	70	135,76
Virtų burokėlių salotos su šviežiais obuoliais ir aliejaus padažu "Augalinis"	2-3/63A	Savitarna	
Šviežių, daržovių rinkinukas (pomidorai, agurkai). "Augalinis"	D-006	Savitarna	
Vaisiai (įvairūs) uogos(sezono metu), sūrio lazdelės 40%	V-1	Savitarna	
Stalo vanduo	G-009	Savitarna	



3 savaitė penktadienis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Svoris (g)	Energinė vertė kcal
Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis. "Augalinis", "Tausojantis"	1-3/34AT	150	98,08
Orkaitėje keptas kiaulienos maltinukas praturtintas kviečių sėlenomis."Tausojantis"	K002	100	205,31
Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi. "Augalinis", "Tausojantis"	3-3/43AT	100	193,95
Šviežių, daržovių rinkinukas (pomidorai, agurkai). "Augalinis"	D-006	Savitarna	
Šviežių kopūstų, cukinijų, ir morkų salotos su saulėgražų sėklomis ir ypač tyru alyvuogių aliejumi . "Augalinis"	2-1/22A	Savitarna	
Vaisiai (įvairūs) uogos(sezono metu), sūrio lazdelės 40%	V-1	Savitarna	
Stalo vanduo		Savitarna	



Direktorius
Gvidas Ulevičius

Valgiaraštis parengtas vadovaujantis "Sveikatai palankus technologinių kortelių ir valgiaraščių" rinkiniu 2017 m. Raminta Bogušienė, VšĮ "Tikra mityba" valgiaraščių ir patiekalų receptūrų rinkiniu.

Valgiaraštį sudarė valgyklos vedėja

Danutė Krištopaitienė