

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJOS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 6 iki 10 metų)*

1 savaitė PIRMADIENIS

PATVIRTINTA
Švenčionių Zigmo Žemaičio
gimnazijos direktoriaus
2019 m. rugsėjo 2 d.
įsakymu Nr. V-95

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-001	Šviežių kopūstų sriuba	100	91
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	40	86,08
AAP-001	Svetainės kotletas troškintas (malta kiauliena) (tausojantis)	60	169,83
GGA-001	Biri grikių kruopų košė	50	101,44
GGA-012	Troškintos daržovės asorti (augalinis)	100	73,23
GĖR-001	Vanduo su citrina	195/7	2,17
VPZ-001	Vaisiai	150	168

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJOS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 6 iki 10 metų)*

1 savaitė ANTRADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-002	Pupelių sriuba su bulvėmis be grietinės (augalinis)	100	134,9
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	20	43,04
AAP-012	Karališki balandėliai (malta kalakutiena, ryžiai, kopūstai)	100	187,18
	Grietinės (30%) – pomidorų padažas	20	40,57
GGA-007	Bulvių košė	100	106,76
GGA-014	Agurkai	100	11
GĖR-001	Vanduo su citrina	195/7	2,17
VPZ-001	Vaisiai	150	168

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 6 iki 10 metų)*

1 savaitė TREČIADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-003	Pieniška daržovių sriuba	100	161,4
AAP-020	Žuvies kotletas troškintas (tausojantis)	50	129,61
	Grietinės (30%) padažas	20	40,19
GGA-009	Virtos bulvės	50	41,72
GGA-015	Burokėlių salotos su žaliais žirneliais (augalinis)	75	130,03
GĖR-001	Vanduo su citrina	195/7	2,17
VPZ-002	Vaisiai	150	168

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 6 iki 10 metų)*

1 savaitė KETVIRTADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-004	Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis be grietinės (augalinis)	100	142,5
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	20	43,04
AAP-032	Kepti varškėčiai (9%) (kvietiniai miltai speltu)	100	272,27
	Grietinės (30%) padažas	20	59,11
GĖR-001	Vanduo su citrina	195/7	2,17
VPZ-003	Vaisiai	150	168

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJOS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 6 iki 10 metų)*

1 savaitė PENKTADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-005	Burokėlių sriuba su bulvėmis	100	136,87
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	20	43,04
AAP-014	Paukštienos file troškinta (tausojantis)	75	191,64
GGA-011	Virti makaronai pilno grūdo	50	79,48
GGA-018	Kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais (augalinis)	50	49,33
GĖR-002	Uogų kompotas (šviežios, šaldytos)	150	57,26
VPZ-004	Vaisiai	150	168

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJOS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 11 metų ir vyresnių)*

1 savaitė PIRMADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-001	Šviežių kopūstų sriuba	150	101
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	40	86,08
AAP-001	Svetainės kotletas troškintas (malta kiauliena) (tausojantis)	90	254,75
GGA-001	Biri grikių kruopų košė	100	202,88
GGA-012	Troškintos daržovės asorti (augalinis)	100	73,23
GĖR-001	Vanduo su citrina	195/7	2,17
VPZ-001	Vaisiai	150	168

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJOS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 11 metų ir vyresnių)*

1 savaitė ANTRADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-002	Pupelių sriuba su bulvėmis be grietinės (augalinis)	150	152,4
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	40	86,08
AAP-012	Karališki balandėliai (malta kalakutiena, ryžiai, kopūstai) (tausojantis)	150	312,37
	Grietinės (30%) – pomidorų padažas	30	60,86
GGA-007	Bulvių košė	100	106,76
GGA-0014	Agurkai	100	11
GĖR-001	Vanduo su citrina	195/7	2,17
VPZ-001	Vaisiai	150	168

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJOS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 11 metų ir vyresnių)*

1 savaitė TREČIADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-003	Pieniška daržovių sriuba	150	161,4
AAP-020	Žuvies kotletas troškintas (tausojantis)	75	194,41
	Grietinės (30%) padažas	20	40,19
GGA-009	Virtos bulvės	50	41,72
GGA-015	Burokėlių salotos su žaliais žirneliais (augalinis)	100	173,37
GĖR-001	Vanduo su citrina	195/7	2,17
VPZ-002	Vaisiai	200	224

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJOS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 11 metų ir vyresnių)*

1 savaitė KETVIRTADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-004	Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis be grietinės (augalinis)	150	145,5
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	20	43,04
AAP-032	Kepti varškėčiai (9%) (kvietiniai miltai speltu)	150	408,41
	Grietinės (30%) padažas	20	59,11
GĖR-001	Vanduo su citrina	195/7	2,17
VPZ-003	Vaisiai	150	168

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJOS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 11 metų ir vyresnių)*

1 savaitė PENKTADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-005	Burokėlių sriuba su bulvėmis	150	141,87
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	20	43,04
AAP-014	Paukštienos file troškinta (tausojantis)	75	191,64
GGA-011	Virti makaronai pilno grūdo	75	119,22
GGA-018	Kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais (augalinis)	100	98,66
GĖR-002	Uogų kompotas (šviežios, šaldytos)	200	76,35
VPZ-004	Vaisiai	150	168

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJOS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 6 iki 10 metų)*

2 savaitė PIRMADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-006	Žiedinių kopūstų sriuba be grietinės (augalinis)	100	119,2
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	20	43,04
AAP-004	Kepsnys „Berželis“ (kiauliena malta)	50	144,32
GGA-009	Virtos bulvės	50	41,72
GGA-023	Ridikų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)	100	115,65
GĖR-001	Vanduo su citrina	195/7	2,17
VPZ-004	Vaisiai	200	224

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJOS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 6 iki 10 metų)*

2 savaitė ANTRADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-007	Barščių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis	100	158,17
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	20	43,04
AAP-015	Paukštienos guliašas (tausojantis)	75/45	217,66
GGA-007	Bulvių košė	50	53,38
GGA-024	Daržovių salotos su paprikomis (augalinis)	50	71,72
GĖR-001	Vanduo su citrina	195/7	2,17
VPZ-005	Vaisiai	150	168

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 6 iki 10 metų)*

2 savaitė TREČIADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-008	Ankštinių daržovių (ž. žirnelių) sriuba su bulvėmis be grietinės (augalinis)	100	98,4
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	20	43,04
AAP-022	Šaldyti lašišų medalijonai (tausojantis)	50	166,32
GGA-003	Biri ryžių kruopų košė	50	78,34
GGA-027	Morkų salotos su žaliais žirneliais (augalinis)	100	123,14
GĖR-001	Vanduo su citrina	195/7	2,17
VPZ-006	Vaisiai	150	168

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 6 iki 10 metų)*

2 savaitė KETVIRTADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-009	Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis	100	120,88
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	40	86,08
AAP-035	Varškės (9%) apkepas su razinomis (tausojantis)	100	219
	Grietinės (30%) padažas	30	34,88,66
GĖR-004	Sultys natūralios	150	78,75
VPZ-007	Vaisiai	100	112

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 6 iki 10 metų)*

2 savaitė PENKTADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-010	Perlinių kruopų sriuba su pomidorais be grietinės (augalinis)	100	124,15
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	20	43,04
AAP-008	Kiaulienos kepinukai troškinti (tausojantis)	50	222,05
GGA-001	Biri grikių kruopų košė	50	101,44
GGA-026	Salierų salotos su agurkais (augalinis)	50	53,06
GĖR-001	Vanduo su citrina	195/7	2,17
VPZ-008	Vaisiai	150	168

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 11 metų ir vyresnių)*

2 savaitė PIRMADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-006	Žiedinių kopūstų sriuba be grietinės (augalinis)	150	120,2
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	40	86,08
AAP-004	Kepsnys „Berželis“ (kiauliena malta)	75	216,48
GGA-009	Virtos bulvės	50	41,72
GGA-023	Ridikų salotos su morkomis ir obuoliais (augalinis)	100	115,65
GĖR-001	Vanduo su citrina	195/7	2,17
VPZ-004	Vaisiai	200	224

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJOS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 11 metų ir vyresnių)*

2 savaitė ANTRADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-007	Barščių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis	150	161,17
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	40	86,08
AAP-015	Paukštienos guliašas (tausojantis)	75/45	217,66
GGA-007	Bulvių košė	50	53,38
GGA-024	Daržovių salotos su paprikomis (augalinis)	100	143,44
GĖR-001	Vanduo su citrina	195/7	2,17
VPZ-005	Vaisiai	150	168

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJOS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 11 metų ir vyresnių)*

2 savaitė TREČIADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-008	Ankštinių daržovių (ž. žirnelių) sriuba su bulvėmis be grietinės (augalinis)	150	97,4
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	40	86,08
AAP-022	Šaldyti lašišų medalijonai (tausojantis)	75	249
GGA-003	Biri ryžių kruopų košė	50	78,34
GGA-027	Morkų salotos su žaliais žirneliais (augalinis)	100	123,14
GĖR-001	Vanduo su citrina	195/7	2,17
VPZ-006	Vaisiai	150	168

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 11 metų ir vyresnių)*

2 savaitė KETVIRTADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-009	Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis	150	120,88
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	40	86,08
AAP-035	Varškės (9%) apkepas su razinomis (tausojantis)	150	329,01
	Grietinės (30%) padažas	40	118,22
GĖR-005	Sultys natūralios	200	105
VPZ-004	Vaisiai	150	168

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 11 metų ir vyresnių)*

2 savaitė PENKTADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-010	Perlinių kruopų sriuba su pomidorais be grietinės (augalinis)	150	125,15
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	40	86,08
AAP-008	Kiaulienos kepinukai troškinti (tausojantis)	75	333,08
GGA-001	Biri grikių kruopų košė	50	101,44
GGA-026	Salierų salotos su agurkais (augalinis)	50	53,06
GĖR-001	Vanduo su citrina	195/7	2,17
VPZ-008	Vaisiai	150	168

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 6 iki 10 metų)*

3 savaitė PIRMADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-011	Rūgštynių sriuba su bulvėmis	100	144,22
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	20	43,04
AAP-003	Maltas kiaulienos kotletas patroškintas (tausojantis)	50	152,9
GGA-011	Virti makaronai pilno grūdo	75	119,22
GGA-020	Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais be grietinės (augalinis)	100	83,05
GĖR-001	Vanduo su citrina	195/7	2,17
VPZ-009	Vaisiai	150	168

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 6 iki 10 metų)*

3 savaitė ANTRADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-012	Žirnių - perlinių kruopų sriuba	100	137,78
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	20	43,04
AAP-021	Žuvies kepinukai troškinti (tausojantis)	50	137,77
GGA-007	Bulvių košė	50	53,38
GGA-016	Burokėlių salotos su obuoliais ir svogūnais be grietinės (augalinis)	100	80,35
GĖR-004	Natūralios sultys	150	62,66
VPZ-006	Vaisiai	150	168

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJOS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 6 iki 10 metų)*

3 savaitė TREČIADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-013	Daržovių sriuba be grietinės (augalinis)	100	127,2
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	20	43,04
AAP-016	Kalakutienos plovas (tausojantis)	75/75	315,71
GGA-017	Burokėlių salotos su marinuotais agurkais	50	60,96
GĖR-001	Vanduo su citrina	195/7	2,17
VPZ-001	Vaisiai	150	168

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJOS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 6 iki 10 metų)*

3 savaitė KETVIRTADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-014	Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis)	100	144,62
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	20	43,04
AAP-027	Bulvių plokštainis su paukštienos file (tausojantis)	100	212,09
	Grietinė (30%)	20	58,6
GĖR-001	Vanduo su citrina	195/7	2,17
VPZ-007	Vaisiai	150	168

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJOS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 6 iki 10 metų)*

3 savaitė PENKTADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-015	Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis	100	117,61
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	20	43,04
AAP-018	Vištienos kukulis su morkomis (tausojantis)	50	135,89
GGA-001	Biri grikių kruopų košė	50	101,44
GGA-021	Pekino kopūstų salotos su pomidorais be grietinės (augalinis)	100	96,46
GĖR-001	Vanduo su citrina	195/7	2,17
VPZ-009	Vaisiai	150	168

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJOS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 11 metų ir vyresnių)*

3 savaitė PIRMADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-011	Rūgštynių sriuba su bulvėmis	150	148,22
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	20	43,04
AAP-003	Maltas kiaulienos kotletas patroškintas (tausojantis)	75	229,34
GGA-011	Virti makaronai pilno grūdo	75	119,22
GGA-020	Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais be grietinės (augalinis)	100	83,05
GĖR-001	Vanduo su citrina	200	105
VPZ-009	Vaisiai	150	168

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 11 metų ir vyresnių)*

3 savaitė ANTRADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-012	Žirnių - perlinių kruopų sriuba	150	142,78
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	40	86,08
AAP-021	Žuvies kepinukai troškinti (tausojantis)	75	206,66
GGA-007	Bulvių košė	50	53,38
GGA-016	Burokėlių salotos su obuoliais ir svogūnais be grietinės (augalinis)	100	80,35
GĖR-003	Obuolių kompotas	200	83,55
VPZ-006	Vaisiai	150	168

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 11 metų ir vyresnių)*

3 savaitė TREČIADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-013	Daržovių sriuba be grietinės (augalinis)	150	128,2
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	40	86,08
AAP-016	Kalakutienos plovavimas (tausojantis)	75/75	315,71
GGA-017	Burokėlių salotos su marinuotais agurkais	100	121,92
GĖR-001	Vanduo su citrina	195/7	2,17
VPZ-001	Vaisiai	200	224

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJOS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 11 metų ir vyresnių)*

3 savaitė KETVIRTADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-014	Špinatų sriuba su bulvėmis (augalinis)	150	149,62
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	40	86,08
AAP-027	Bulvių plokštainis su paukštienos file (tausojantis)	150	318,13
	Grietinė (30%)	30	87,9
GĖR-001	Vanduo su citrina	195/7	2,17
VPZ-007	Vaisiai	200	224

ŠVENČIONIŲ ZIGMO ŽEMAIČIO GIMNAZIJOS NEMOKAMO MAITINIMO PIETŲ KOMPLEKSAI*(nuo 11 metų ir vyresnių)*

3 savaitė PENKTADIENIS

Patiekalo kodas	Recepto pavadinimas	Kiekis, matavimo vnt.	Kcal
SRI-015	Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis	150	122,61
DPZ-001	Viso grūdo ruginė duona	40	86,08
AAP-019	Apkeptos ir patroškintos paukštienos šlaunelės (tausojantis)	75	203,83
GGA-001	Biri grikių kruopų košė	75	152,16
GGA-021	Pekino kopūstų salotos su pomidorais be grietinės (augalinis)	100	96,46
GĖR-004	Natūralios sultys	200	105
VPZ-009	Vaisiai	150	168

