

# Šiaulių r. Ginkūnų Sofijos ir Vladimiro Zubovų progimnazija

2026.04.29

Tvirtinu:

## Pusryčiai (nemokamas maitinimas)

Patiekalo pavadinimas	Išeiga	Kaina	Alergenai
Manų košė su cinamonu ir sviestu (T)*	200	0,17	1*7*
Pienas	200	0,25	7*
Šilauogės	25	0,38	
Viso:		<b>0,80</b>	

## Priešmokyklinio ugdymo vaikams

## Pietūs (nemokamas maitinimas)

Patiekalo pavadinimas	Išeiga	Kaina	Alergenai
Pomidorų ir lęšių sriuba (AT)*	150	0,30	
Pilno grūdo duona	20	0,07	1*
Kepti su garais žuvis kukulaičiai (menkė)(T)*	60	0,70	3*
Bulvių košė	50	0,08	7*
Burokėlių salotos su agurkais	100	0,39	
Mineralinis vanduo negaz., fas.	500	0,68	
Vynuogės	123	0,58	
Viso		<b>2,80</b>	

## 6—10 m. mokiniams

## Pietūs (nemokamas maitinimas)

Patiekalo pavadinimas	Išeiga	Kaina	Alergenai
Pomidorų ir lęšių sriuba (AT)*	150	0,30	
Pilno grūdo duona	20	0,07	1*
Kepta žuvis (lydeka) (T)*	60	0,59	
Grikių kruopų košė	50	0,06	
Burokėlių salotos su agurkais	100	0,39	
Mineralinis vanduo negaz., fas.	500	0,68	
Vynuogės	150	0,71	
Viso		<b>2,80</b>	

## 6—10 m. mokiniams

## Pietūs (nemokamas maitinimas)

Patiekalo pavadinimas	Išeiga	Kaina	Alergenai
Pomidorų ir lęšių sriuba (AT)*	150	0,30	
Pilno grūdo duona	20	0,07	1*
Kepta žuvis (lydeka) (T)*	110	1,07	
Grikių kruopų košė	100	0,12	
Burokėlių salotos su agurkais	100	0,39	
Mineralinis vanduo negaz., fas.	500	0,68	
Bananai	222	0,37	
Viso		<b>3,00</b>	

## 11—15 m. mokiniams

## Vakarienė (nemokamas maitinimas)

Patiekalo pavadinimas	Išeiga	Kaina	Alergenai
Varškės spygliukai	150	0,48	1*3*7*
Trintos braškės	33	0,18	
Grietinė	30	0,14	7*
Viso		<b>0,80</b>	

## Priešmokyklinio ugdymo vaikams

Augalinis (A)\*

Tausojantis (T)\*

Dėl patiekalų sudėtyje esančių alergiją ir netoleravimą sukeliančių medžiagų, teiraukitės valgyklos darbuotojų.

Valgyklos vedėja Kristina Tautavičienė

# Šiaulių r. Ginkūnų Sofijos ir Vladimiro Zubovų progimnazija

2026.04.29

Tvirtinu:

## Laisvas meniu :

Patiekalo pavadinimas	Išeiğa	Nemokamas	Kaina 20 proc.	Kaina 50 proc.	Alergenai
Pomidorų ir lęšių sriuba (AT)*	150	0,30	<b>0,36</b>	<b>0,45</b>	
Pilno grūdo duona	20	0,07	<b>0,08</b>	<b>0,11</b>	1*
Kepta žuvis (lydeka) (T)*	60	0,59	<b>0,71</b>	<b>0,89</b>	
Kepti su garais žuvies kukulaičiai (menkė)(T)*	60	0,70	<b>0,84</b>	<b>1,05</b>	3*
Kiaulienos nugarinės kepsnys	100	1,03	<b>1,24</b>	<b>1,55</b>	1*3*7*
Varškės apkepas	150	0,58	<b>0,70</b>	<b>0,87</b>	1*3*7*
Bulvių košė	100	0,14	<b>0,17</b>	<b>0,21</b>	7*
Biri grikių kruopų košė	100	0,12	<b>0,14</b>	<b>0,18</b>	
Marinuoti agurkai	50	0,21	<b>0,25</b>	<b>0,32</b>	
Burokėlių salotos su agurkais	100	0,39	<b>0,47</b>	<b>0,59</b>	
Grietinė	30	0,14	<b>0,17</b>	<b>0,21</b>	7*
Grietinė	10	0,05	<b>0,06</b>	<b>0,08</b>	7*
Aviečių tyrė	30	0,34	<b>0,41</b>	<b>0,51</b>	
Pik Nik sūrio lazdelė	20	0,28	<b>0,33</b>		7*
Sultys apelsinų	200	0,68	<b>0,82</b>		
Sultys įvairių vaisių	200	0,45	<b>0,54</b>		
Mineralinis vanduo negaz., fas.	500	0,68	<b>0,82</b>		
Trapučiai (kukurūzų)	130	1,09	<b>1,31</b>		
Duonos lazdelės su chia sėklomis	70	0,75	<b>0,90</b>		1*
Džiovintų vaisių ir riešutų mišinys	50	0,65	<b>0,78</b>		8*
<b>Augalinis - tausojantis</b>					
Pupelių, saliero ir morkų troškiny (AT)*	220	0,40	<b>0,48</b>	<b>0,60</b>	

Augalinis (A)\*

Tausojantis (T)\*

Dėl patiekalų sudėtyje esančių alergiją ir netoleravimą sukeliančių medžiagų, teiraukitės valgyklos darbuotojų.

Valgyklos vedėja Kristina Tautavičienė