

# Šiaulių r. Ginkūnų Sofijos ir Vladimiro Zubovų progimnazija

2026.05.18

Tvirtinu:

## Pusryčiai (nemokamas maitinimas)

Patiekalo pavadinimas	Išiga	Kaina	Alergenai
Perlinių kruopų košė (T)*	200	0,20	1*7*
Pienas	200	0,25	7*
Šilauogės	23	0,35	7*
<b>Viso:</b>		<b>0,80</b>	

## Priešmokyklinio ugdymo vaikams

### Pietūs (nemokamas maitinimas)

Patiekalo pavadinimas	Išiga	Kaina	Alergenai
Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (AT)*	150	0,33	
Pilno grūdo duona	20	0,07	1*
Garuose virti mėsos kotletukai su krapų padažu (vištiena) (T)*	50/30	0,43	1*3*7*
Virti makaronai	50	0,07	1*7*
Daržovių salotos su alyvuogių aliejumi (A)*	100	0,26	
Mineralinis vanduo negazuotas	500	0,68	
Vynuogės	203	0,96	
<b>Viso</b>		<b>2,80</b>	

6—10 m. mokiniams

### Pietūs (nemokamas maitinimas)

Patiekalo pavadinimas	Išiga	Kaina	Alergenai
Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (AT)*	150	0,33	
Pilno grūdo duona	20	0,07	1*
Kepti varškėčiai	150	0,66	1*3*7*
Grietinė	30	0,14	7*
Aviečių tyrė	30	0,34	
Mineralinis vanduo negazuotas	500	0,68	
Vynuogės	123	0,58	
<b>Viso</b>		<b>2,80</b>	

6—10 m. mokiniams

### Pietūs (nemokamas maitinimas)

Patiekalo pavadinimas	Išiga	Kaina	Alergenai
Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (AT)*	150	0,33	
Pilno grūdo duona	20	0,07	1*
Garuose virti mėsos kotletukai su krapų padažu (vištiena) (T)*	100/60	0,85	1*3*7*
Virti makaronai	100	0,14	1*7*
Daržovių salotos su alyvuogių aliejumi (A)*	100	0,26	
Mineralinis vanduo negazuotas	500	0,68	
Vynuogės	142	0,67	
<b>Viso</b>		<b>3,00</b>	

11—15 m. mokiniams

### Vakarienė (nemokamas maitinimas)

Patiekalo pavadinimas	Išiga	Kaina	Alergenai
Kepti varškėčiai	150	0,66	1*3*7*
Grietinė	30	0,14	7*
<b>Viso</b>		<b>0,80</b>	

## Priešmokyklinio ugdymo vaikams

Augalinis (A)\*

Tausojantis (T)\*

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

Valgyklos vedėja Kristina Tautavičienė

# Šiaulių r. Ginkūnų Sofijos ir Vladimiro Zubovų progimnazija

2026.05.18

Tvirtinu:

## Laisvas meniu :

Patiekalo pavadinimas	Išėiga	Nemokamas	Kaina 20 proc.	Kaina 50 proc.	Alergenai
Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (AT)*	150	0,33	<b>0,40</b>	<b>0,50</b>	
Pilno grūdo duona	20	0,07	<b>0,08</b>	<b>0,11</b>	1*
Kepti varškėčiai	150	0,66	<b>0,79</b>	<b>0,99</b>	1*3*7*
Garuose virti mėsos kotletukai su krapų padažu (vištiena) (T)*	50/30	0,43	<b>0,52</b>	<b>0,65</b>	1*3*7*
Maltos kiaušienos kespny su kiaušinio įdaru	120	0,81	<b>0,97</b>	<b>1,22</b>	3*7*
Kiaušiena su troškintais šviežiais kopūstais	75/75	0,84	<b>1,01</b>	<b>1,26</b>	1*
Bulvių košė	100	0,14	<b>0,17</b>	<b>0,21</b>	7*
Agurkai	50	0,14	<b>0,17</b>	<b>0,21</b>	
Pomidorai vynuoginiai	50	0,21	<b>0,25</b>	<b>0,32</b>	
Daržovių salotos su alyvuogių aliejumi (A)*	100	0,26	<b>0,31</b>	<b>0,39</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