

VISAGINO „VERDENĖS“ GIMNAZIJOS VALGYKLOS PUSRYČIŲ VALGIARAŠTIS 2016-2017 M.M.

Pirmadienis	Kiekiai (g)	Antradienis	Kiekiai (g)	Trečiadienis	Kiekiai (g)	Ketvirtadienis	Kiekiai (g)	Penktadienis	Kiekiai (g)
I savaitė									
Sklindžiai	150	Kepti varškėčiai	75	Pieniška manų košė	200	Kiaušinis su majonezu	40/20	Daržovių salotos	100
Uogienė	30	Grietinė	15	Sumuštinis su sūriu	25/10/20	Žalieji žirnėliai	30	Pica	135
Jogurtas	135	Bandelė su dešrele	80	Kakava	200	Glaistytas varškės sūrelis	45	Arbata	200
Arbata	200	Arbata	200	Mandarinai		Arbata	200	Obuolys	
II savaitė									
Pieniška ryžių košė	200	Virti varškėtukai	120/20	Blynėliai	120	Keptos dešrelės	60	Pieniška grikių košė	200
Sumuštinis su dešra	30/10/25	Bandelė	50	Uogienė	30	Virti makaronai	100	Sumuštinis su sūriu	25/10/25
Arbata	200	Arbata	200	Glaistytas varškės sūrelis	45	Pekino kopūstų salotos	75	Arbata	200
Apelsinas		Mandarinai		Arbata	200	Arbata	200	Mandarinai	
						Obuolys			
III savaitė									
Sklindžiai su obuoliais	150	Kepti varškėčiai	75	5 grūdų košė	200	Omletas su sviestu	100/5	Krabų lazdelių salotos	100
Uogienė	30	Grietinė	15	Sumuštinis su sūriu	25/10/25	Žalieji žirnėliai	30	Pica	135
Glaistytas varškės sūrelis	45	Bandelė su dešrele	80	Arbata	200	Sumuštinis su dešra	25/25	Arbata	200
Arbata	200	Arbata	200	Obuolys		Arbata	200	Obuolys	

Valgyklos vedėja

Irina Mivovan