

PATVIRTINTA  
 Varėnos „Ažuolo“ gimnazijos  
 direktoriaus 2023 m. rugpjūčio 31 d.  
 įsakymu Nr. V-146

Laisvai pasirenkamų patiekalų valgiaraštis

1 savaitė

Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Pentadienis
Sriubos	Sriubos	Sriubos	Sriubos	Sriubos
Rūgštynių sriuba T	Pupelių sriuba su bulvėmis TA	Barščių sriuba su bulvėmis T	Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, brokoliu TA	Lešų sriuba su bulvėmis TA
Grietinė	Grietinė	Grietinė	Duona	Duona
Duona	Duona	Duona	Duona	Duona
<b>II patiekalai</b>	<b>II patiekalai</b>	<b>II patiekalai</b>	<b>II patiekalai</b>	<b>II patiekalai</b>
Kiaulienos guliašas T	Troškinti kiaulienos kukuliai su padažu T	Troškinta kiauliena su pupelėmis T	Maltas vištienos filė šnicelis	Riebios žuvies ir lydekų paplotėliai
Menkes maltinukai su morkomis	Balandėliai su kiauliena su pomidorų grietinės padažu T	Kiaulienos kepsnys	Kiaulienos -grikių troškiny T	Troškinti kalakutienos maltinukai su pievagrybių-morkų padažu T
Viso grūdo skindžiai su obuoliais	Varškės spygliukai T	Varškės apkepas su kriaušėmis T	Žemaičių blynai	Makaronai su daržovėmis ir dešrelėmis T
Kukurūzinis varškės pudingas su uogomis	Aukštaiečių blynai	Aguoniniai skindžiai	Viso grūdo miltų skindžiai su varške	Varškėčiai su kukurūzų miltais
<b>Garnyras</b>	<b>Garnyras</b>	<b>Garnyras</b>	<b>Garnyras</b>	<b>Garnyras</b>
Biri grikių kruopų košė	Bulvių košė su krapais	Virtos bulvės	Biri ryžių kruopų košė	Bulvių košė
Šviežių kopūstų salotos	Burokėlių salotos su žirneliais su aliejumi	Morkų salotos su obuoliais su aliejumi	Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su aliejumi	Pekino kopūstų salotos su pomidorais ir aliejumi
Pekino kopūstų salotos su pomidorais ir aliejumi	Rauginti kopūstai su aliejumi	Daržovių rinkinukas	Šviežių kopūstų, morkų, obuolių salotos su aliejumi	Žali žirneliai
Agurkai	Daržovių rinkinukas	Daržovių rinkinukas	Daržovių rinkinukas	
<b>Augalinis patiekalas</b>	<b>Augalinis patiekalas</b>	<b>Augalinis patiekalas</b>	<b>Augalinis patiekalas</b>	<b>Augalinis patiekalas</b>
	Keptos morkų lazdelės su prieskoniais A	Makaronai su daržovių padažu TA	Pupelių ir daržovių ( <i>bulvės, morkos, brokoliai, paprika</i> ) troškiny TA	Grikių troškiny su daržovėmis ( <i>kopūstai, morkos, svogūnas, molūgas, cukinija</i> ) TA
<b>Gėrimai</b>	<b>Gėrimai</b>	<b>Gėrimai</b>	<b>Gėrimai</b>	<b>Gėrimai</b>
Vanduo su citrina	Vanduo	Vanduo su apelsiniais	Vanduo	Vanduo su citrina
Ramunėlių arbata	Vaisinė arbata	Mėtų arbata	Juodoji arbata	Žalioji arbata
Sultys				Sultys

2 savaitė

Pirmadienis		Antradienis		Trečiadienis		Ketvirtadienis		Pentadienis	
Sriubos		Sriubos		Sriubos		Sriubos		Sriubos	
Šviežių kopūstų sriuba TA		Agurkų sriuba su ryžių kruopomis TA Grietinė Duona		Žirnių - perlinių kruopų sriuba TA Duona		Žavienė kaimiška T		Vištienos sriuba su makaronais T	
Grietinė Duona		Duona		Duona		Duona		Duona	
II patiekalai		II patiekalai		II patiekalai		II patiekalai		II patiekalai	
Vištienos kukulis T		Maltas kiaulienos šnicelis		Bulvių plokštainis su vištienos file		Kepta liesos žuvies file kiaušinyje		Maltas kalakutienos šnicelis	
Kiaulienos - daržovių troškiny T		Makaronai ir kalakutienos kukuliai T		Virtos dešrelės T		Kepsnys "Svogūnelis"		Troškinti kopūstai su kiaušiena T	
Viso grūdo mieliniai varškės blynai Varškės apkepas		Virti varškėčiai T Pica su daržovėmis ir vištiena		Žuvies maltinis Sklandžiai su bananais		Vištienos ir daržovių apkepas Mieliniai blynai		Kepči varškėčiai Avižinių dribsnių blyneliai su obuoliais	
Garnyras		Garnyras		Garnyras		Garnyras		Garnyras	
Virti ryžiai su ciberžole Morkų salotos su česnaku ir aliejumi		Miežinių kruopų košė Burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais kopūstais su aliejumi		Virti makaronai Rauginti kopūstai su aliejumi		Bulvių košė Pekimo kopūstų salotos su agurkais ir aliejumi		Virtos bulvės Burokėlių salotos su aliejumi	
Kopūstų-pomidorų salotos su aliejumi Agurkai		Šviežių pomidorų salotos su aliejumi Daržovių rinkinukas		Mažai sūdyti agurkėliai		Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su aliejumi Pomidorai		Daržovių rinkinukas	
Augalinis patiekalas		Augalinis patiekalas		Augalinis patiekalas		Augalinis patiekalas		Augalinis patiekalas	
Pupelių troškiny su perlinėmis kruopomis TA		Keptos bulvių lazdelės A		Troškintos morkos su ryžiais TA		Biri grikių kruopų košė su daržovėmis TA		Tiršta miežinių kruopų košė su aliejumi TA	
Gėrimai		Gėrimai		Gėrimai		Gėrimai		Gėrimai	
Vanduo Ramunėlių arbata Sultys		Vanduo Juodoji arbata Sultys		Vanduo su apelsiniais Melisos arbata		Vanduo su citrina Aviečių arbata		Vanduo Vaisinė arbata	

3 savaitė

Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Pentktadienis
<b>Sriubos</b> Raugintų agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis TA Grietinė Duona	<b>Sriubos</b> Skaldytų žirnių sriuba su bulvėmis TA Duona	<b>Sriubos</b> Ukrainietiški barsčiai T Duona	<b>Sriubos</b> Pupelių, daržovių ir makaronų sriuba TA Duona	<b>Sriubos</b> Sviežių daržovių sriuba TA Grietinė Duona
<b>II patiekalai</b> Kiaulienos kukuliai su rausvuojų padažu T Kalakutienos šlaunelių troškiny su daržovėmis T Kukurūziniai varškės kukuliai T Mieliniai blynai su ovuliais	<b>II patiekalai</b> Keptas vištienos šlaunelių mėsos kepsnys Kepta riebi žuvis su provanso žolelėmis Perlinių kruopų troškiny su kiauliena T Viso grūdo miltų skindžiai su obuoliais ir bananais	<b>II patiekalai</b> Varškės pudingas Maltas kiaulienos šnicelis Troškinti rauginti kopūstai su dešrelėmis T Blynai su cukinija	<b>II patiekalai</b> Plovas su kalakutiena T Tarkuotų bulvių cepelinai su kiauliena arba* Virtų bulvių cepelinai su mėsa arba varške T Viso grūdo skindžiai su varške Pica Margarita	<b>II patiekalai</b> Žuvies šnicelis Kepta vištienos filė Kalakutienos guliašas su bulvėmis T Varškės apkepas
<b>Garnyras</b> Grikiai su morkomis ir cukinija Sviežių kopūstų, morkų, paprikos salotos su aliejumi Agurkai	<b>Garnyras</b> Bulvių košė su krapais Žalios salotos su aliejumi Morkų ir obuolių salotos su aliejumi Žali žirneliai	<b>Garnyras</b> Tiršta grikių kruopų košė Sviežių agurkų salotos su aliejumi Daržovių rinkinukas	<b>Garnyras</b> Pomidorų salotos su aliejumi Mažai stūdyti agurkėliai	<b>Garnyras</b> Bulvių košė Burokėlių salotos Daržovių rinkinukas
<b>Augalinis patiekalas</b> Ryžių- lęšių košė su morkomis TA	<b>Augalinis patiekalas</b> Makaronai su aliejumi, provanso žolelėmis ir pomidorų padažu TA	<b>Augalinis patiekalas</b> Tiršta grikių kruopų košė su aliejumi TA	<b>Augalinis patiekalas</b> Avižinių troškiny su žirneliais, paprika ir pomidorų padažu TA	<b>Augalinis patiekalas</b> Perlinių kruopų košė su daržovėmis su aliejumi TA
<b>Gėrimai</b> Vanduo su citrina Žalioji arbata Sultys	<b>Gėrimai</b> Vanduo Melisos arbata	<b>Gėrimai</b> Vanduo su apelsiniais Ramunėlių arbata	<b>Gėrimai</b> Vanduo Vaisinė arbata Sultys	<b>Gėrimai</b> Vanduo su citrina Aviečių arbata

\* - pakaitomis tiekiami Tarkuotų bulvių cepelinai arba Virtų bulvių cepelinai