

BUIVYDIŠKIŲ PAGRINDINĖS MOKYKLOS VALGIARAŠTIS



I SAVAITĖ

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
Pietūs: Perlinių kruopų ir žirnių sriuba su daržovėmis 150g; Duona 30g; Kiaulienos mėsos guliašas 100/50 g; Grikių kruopų košė paskaninta sviestu 120/3g; Šviežių kopūstų, kukurūzų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi 100/7g; Stalo vanduo su citrina 150 ml;	Pietūs: Daržovių ir kvietinių kruopų sriuba 150g; Duona 40g Orkaitėje kepti vištienos mėsos kukulaičiai 100g; Plikytų ryžių kruopų košė paskaninta sviestu 120/3g; Iceberg salotų, agurkų ir ridikėlių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu 120/10g; Stalo vanduo su citrina 150 ml;	Pietūs: Kreminė airiška bulvienė su kopūstais 150g Duona 40g; Troškinta kalakutienos mėsa su prieskoninėmis daržovėmis ir grietinėle 100/50 g; Perlinio kuskuso košė 120g; Agurkų, pomidorų ir paprikų salotos su linų sėmenų aliejumi 100/10g; Stalo vanduo su citrina 150 ml;	Pietūs: "Ukrainietiški" barščiai su pupelėmis 150g; Duona 40g; "Bolognese" jautienos mėsos padažas 120g; Virti kietųjų kviečių makaronai makaronai paskaninti alyvuogių aliejumi 150g; Tarkuotas kietasis fermentinis sūris 20 g; 3-jų rūšių daržovės (morkos, agurkai, balti ridikai) 120g; Stalo vanduo su citrina 150 ml;	Pietūs: Trinta raudonųjų lęšių sriuba 150g; Duona 40g; Lašišos kepsneliai 100g; Bulvių košė su sviestu 150/5g; Virtų burokėlių, kons. žirnelių, mar. agurkų salotos su citrinų aliejaus padažu 120/10g; Stalo vanduo su citrina 150 ml;
Papildomai				
Sezoninis vaisius 200g Natūralus jogurtas 125g	Sezoninis vaisius 200g Ekologiški trapučiai 20g Sūrio lazdelė 20g	Sezoninis vaisius 150g		

*Vadovaujantis 2025-12-15 Buivydiškių pagrindinės mokyklos direktoriaus įsakymu, 7-11 metų mokiniai maitinami pagal 11-18 m. valgiaraštį

**Lankantiems pailgintą grupę suteikiama galimybė valgyti patiekalus (vakariene) nurodytus 4-6 metų valgiaraštyje.

BUIVYDIŠKIŲ PAGRINDINĖS MOKYKLOS VALGIARAŠTIS



II SAVAITĖ

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
Pietūs: Daržovių sriuba su žaliaisiais žirneliais 150g; Duona 40g; Ryžių plovas su kiaulienos mėsa 200/80g; Švž. kopūstų, krapų, morkų, paprikų salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu 120/10g Vanduo su citrina 150g;	Pietūs: Burokėlių ir pupelių sriuba 150g; Duona 40g; Troškinta vištienos mėsa su daržovėmis ir grietinėle 100/150g; Grikių kruopų košė paskaninta sviestu 100/3g; 3-jų rūšių daržovės (pomidoras, agurkai, balti ridikai) 130g; Stalo vanduo su vaisiais/uogomis 150ml;	Pietūs: Kietųjų kviečių makaronų ir daržovių sriuba 150g; Duona 40g; Kiaulienos mėsos kukulaičiai 100g; Bulvių košė su sviestu 100/5g; Iceberg salotų, agurkų ir ridikėlių salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu 120/10g; Stalo vanduo su apelsinais 150ml;	Pietūs: Šviežių kopūstų sriuba 150g; Duona 40g; Konvekciniėje krosnyje kepta vištos šlaunelių mėsa 130g; Ryžių kruopų košė paskaninta sviestu 120/3g; Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu 80/7g; Švž. paprikų lazdelės 30g; Stalo vanduo su citrina 150ml;	Pietūs: Tiršta sriuba su avinžirniais, pomidorais 150g; Duona 40g; Lašišos kepsneliai kepti orkaitėje 100g; Virtos bulvės gardintos šviežiais krapais 100g Virtų burokėlių salotos su citrinų-aliejaus užpilu 100/10g; Marinuoti agurkai 50g; Stalo vanduo su citrina 150ml;
Papildomai				
Sezoninis vaisius 140g Ekologiški trapučiai 10g Sūrio lazdelė 40g	Sezoninis vaisius 150g	Plaktos varškės desertas su liofilizuotomis uogomis 100/5g; Sezoninis vaisius 150g	Sezoninis vaisius 150g	



III SAVAITĖ

BUIVYDIŠKIŲ PAGRINDINĖS MOKYKLOS VALGIARAŠTIS

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
Pietūs: Žirnių sriuba 150g; Duona 40g; Bulgur kruopų plovas su kiaulienos mėsa 180/70g; Pekino kopūstų, krapų, morkų, kukurūzų salotos su citrinų-aliejaus užpilu 100/10g; Stalo vanduo su apelsiniais 150 ml;	Pietūs: Kreminė moliūgų sriuba 150g; Duonos skrebutis 25g; Konvekciniėje krosnyje kepta vištienos šlaunelių mėsa 100g; Bulvių košė su sviestu 150/5g; Agurkų, pomidorų, ridikėlių salotos skanintos linų sėmenų aliejumi 120/10g; Stalo vanduo su citrina 150ml;	Pietūs: Špinatų ir rūgštynių sriuba 150g; Duona 40g; Garuose virtas kalakutienos ir kepintų prieskoninių daržovių maltinukas 120g; Plikytų ryžių kruopų košė paskaninta sviestu 120/3g; Šviežių kopūstų, kukurūzų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi 120/10g; Stalo vanduo su citrina 150ml;	Pietūs: Baltųjų pupelių sriuba 150g; Duona 40g; Troškintas jautienos befstrogenas 100/50g; Grikių kruopų košė su sviestu 120/3g; 3-jų rūšių daržovės (pomidorai, agurkai, paprika) 110g; Stalo vanduo su vaisiais/uogomis 150ml;	Pietūs: Žuvienė 150g; Duona 40g; Troškinta kalakutienos mėsa su prieskoninėmis daržovėmis ir bulvėmis 100/150g; 3-jų rūšių daržovės (paprikos, pomidorai, balt.ridikai) 110g; Stalo vanduo su citrina 150ml;
Papildomai				
Sezoninis vaisius 150g	Sezoninis vaisius 150g Natūralus jogurtas 125g	Sezoninis vaisius 140g Ekologiški trapučiai 10g Sūrio lazdelė 40g		