



UAB ANTREKOTAS KOMERCINIS VALGIARAŠTIS

Sudaryta pagal MB „Viva statera” technologinius
aprašymus

VILNIAUS „SANTAROS“ GIMNAZIJA

A.JUOZAPAVIČIAUS G. 12, VILNIUS
DARBO LAIKAS 08:00-15:00

I SAVAITĖ

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
Pietūs: Šviežių kopūstų sriuba 250g; 1. Kalakutienos mėsos, suktinukas įdarytas daržovėmis ir sūriu; 2. Vištienos iešmeliai; 3. Kalakutienos mėsos ir daržovių troškinys; 4. Orkaitėje keptas vištienos kepsnys ; 5. Lietiniai blynai su bananų ir varškės įdaru; 6. Garintos daržovės; (augalinis);	Pietūs: Įvairiaspalvių daržovių sriuba 250g; 1. Kapotos vištienos mėsos ir daržovių kepsneliai; 2. Balandėliai su kalakutienos mėsa ir daržovių padažu; 3. Vištienos kepsnys užkeptas pomidoriais ir sūriu; 4. Varškės apkepas; 5. “Burgeris” su vištienos paplotėliu; 6. Troškintos daržovės su pupelėmis ir pomidoriais (augalinis);	Pietūs: Agurkinė sriuba 250g; 1. Viso grūdo tortilijos ir vištienos mėsos rolai ; 2. Įdarytas vištienos maltinis kukurūzų dribsnių apvalkale; 3. Kalakutienos mėsos ir kopūstų troškinys; 4. Virtų bulvių "Žemaičių" blynai su vištienos mėsa; 5. “Pasta Carbonara” (tausojantis) ; 6. Orkaitėje keptos daržovės (augalinis);	Pietūs: "Ukrainietiškai" burokėlių ir kopūstų barščiai su pupelėmis 250g; 1. Kietųjų kviečių makaronai su "Bolognese" padažu (jautienos mėsa ir daržovės); 2. Kiaulienos kepsnys užkeptas daržovėmis ir sūriu; 3. Saldžiarūgštis kiaulienos troškinys; 4. Orkaitėje kepta vištienos šlaunelių mėsa; 5. Viso grūdo tortilijų trikampiai su obuolių įdaru; 6. Daržovių troškinys "Ratatouille" (baklažanas, cukinija, morka, pomidoras) (augalinis);	Pietūs: Trinta raudonųjų lęšių sriuba 250g; 1. Stiklinio šamo filė kotletukas; 2. Jūros lydekos filė ant daržovių pagalvės; 3. Paelija (tausojantis); 4. Virtų bulvių cepelinai su mėsa; 5. Mieliniai blynai; 6. Pomidorinis avinžirnių troškinys su pievagrybiais (augalinis);



II SAVAITĖ

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
Pietūs: Pupelių sriuba 250g; 1. Ryžių plovos su vištienos mėsa; 2. Sūriu įdarytas kalakutienos maltinukas; 3. Keptos grill natūralios vištienos dešrelės; 4. Pasta su grybais ir grietinėle; 5. Sklindžiai su varške; 6. Įdaryta cukinija su kuskusu ir keptomis daržovėmis (augalinis);	Pietūs: Pievagrybių sriuba su perlinėmis kruopomis 250g; 1. Jautienos mėsos guliašas marinuotas „kivio vaisiuose“; 2. Lazanija su jautiena (tausojantis); 3. Tarkuotų bulvių cepelinai su kiaulienos mėsa; 4. Lietiniai su obuoliais; 5. Varškės ir ryžių apkepas; 6. Bolivinės balandos ir daržovių troškinys (augalinis);	Pietūs: Kietųjų kviečių makaronų ir daržovių sriuba 250g; 1. Orkaitėje kepti maltos kalakutienos, daržovių, sūrio traškūs kukulaičiai; 2. Kijevo kotletas keptas orkaitėje; 3. Spageti su vištienos juostelėmis ir sūriu (tausojantis); 4. Troškinta kalakutienos mėsa su pupelėmis ir daržovėmis; 5. Lavašo (tortilijos) baltyminiai suktinukai; 6. Daržovių karis (augalinis);	Pietūs: Burokėlių sriuba 250g; 1. Kapotos vištienos kepsneliai; 2. Makaronai su vištiena, sūriu ir cukinijomis; 3. Įdaryta vištienos šlaunelė; 4. Kalakutienos mėsos ir pomidorų troškinys; 5. Kepti varškėčiai; 6. Avinžirnių troškinys su daržovėmis (augalinis); 	Pietūs: Tiršta sriuba su avinžirniais, pomidorais 250g; 1. Žuvies apkepas su daržovėmis; 2. Lašišos kepsneliai su žolelių-citrinų padažu; 3. Lietiniai blynai su sūriu ir vištienos forminiu kumpiu; 4. Čili pupelių troškinys; 5. Bulviniai blynai; 6. Ryžių ir daržovių „Risotto“ (augalinis);

III SAVAITĖ

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
Pietūs: Žirnių sriuba 250g; 1. Traški vištienos mėsa saldžiarūgščiame padaže "Kinietiška"; 2. Orkaitėje kepta vištienos blauzdelė marinuota čiobrelyje (su kaulu); 3. Kakalutienos kepsnys užkeptas su pievagrybiais ir sūriu;; 4. Moliūgų "Pancakes" 100g; 5. Varškės, obuolių ir bananų apkepas; 6. Įdaryta paprika su kruopomis ir daržovėmis (augalinis);	Pietūs: Kreminė moliūgų sriuba 250g./Skrebučiai 4g; 1. Traškūs vištienos kepsneliai „Chicken nuggets“; 2. Vištienos kepsnys užkeptas ananasais ir sūriu’ 3. Makaronai su kalakutienos mėsa, daržovėmis, ciberžole ir grietinėle; 4. Virtos varškės ir virtų bulvių „Spurgytės“; 5. Lietiniai blyneliai (su varškės įdaru); 6. Grikių kruopų troškinys su keptomis daržovėmis ir marinuotais agurkais (augalinis);	Pietūs: Burokėlių ir raugintų kopūstų barščiai 250g; 1. Bulvių plokštainis su kiaulienos mėsa; 2. Įdarytas vištienos maltinis paniruotas kukurūzų miltuose; 3. Balandėliai su kiaulienos mėsa; 4. Kukurūzų miltų blynai su cinamonu; 5. Obuolių ir varškės sklandžiai; 6. Orkaitėje keptos daržovės su bulgur kruopomis (augalinis); 	Pietūs: Baltųjų pupelių sriuba 250g; 1. Viso grūdo tortilijos ir kalakutienos mėsos rolai; 2. Vištienos šnicelis; 3. Vištienos juostelės kario ir grietinėlės padaže; 4. Lietiniai blynai su namine karamele (augalinis); 5. Varškės apkepas skanintas aguonomis ir razinomis; 6. Baklažanų-pomidorų apkepėlė;	Pietūs: Raugintų kopūstų sriuba 250g; 1. Baltos jūrinės žuvies kepsneliai kepti orkaitėje su garais; 2. Duetas lašišos ir menkės "Fishballs"; 3. “Wrap” su daržovėmis ir vištienos mėsa; 4. Lietiniai su sūriu; 5. Įdaryta saldi bulvė su aštriomis daržovėmis (augalinis); 6. Lazanija su varške ir špinatais;