



Direktorė  
Giedrė Statkutė

# 7-10 METŲ AMŽIAUS VAIKŲ MOKYKLOS PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS 1 (PIRMA VALGIARAŠČIO SAVAITĖ)

| PIRMADIENIS:                                                                                        | ANTRADIENIS:                                                                     | TREČIADIENIS:                                                                             | KETVIRTADIENIS:                                                                                              | PENKTADIENIS:                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| Sezoniniai vaisiai                                                                                  | Sezoniniai vaisiai                                                               | Sezoniniai vaisiai                                                                        | Sezoniniai vaisiai                                                                                           | Sezoniniai vaisiai                                                              |
| 150                                                                                                 | 150                                                                              | 150                                                                                       | 150                                                                                                          | 150                                                                             |
| <b>PIETŪS:</b>                                                                                      | <b>PIETŪS:</b>                                                                   | <b>PIETŪS:</b>                                                                            | <b>PIETŪS:</b>                                                                                               | <b>PIETŪS:</b>                                                                  |
| Ankštinių daržovių sriuba(A,T)                                                                      | Burokėlių sriuba su bulvėmis (A,T)                                               | Rugščių sriuba su kiaušiniiais, grietine (T)                                              | Avinžirnių arba žirnių, arba pupelių sriuba (A,T)                                                            | Trinta moliūgų sriuba su kokosų grietine (A,T)                                  |
| Duona                                                                                               | Duona                                                                            | Duona                                                                                     | Duona                                                                                                        | Skrebutis su prieskoninėmis žolelėmis                                           |
| 150/40                                                                                              | 150/40                                                                           | 150/40                                                                                    | 150/40                                                                                                       | 150/20                                                                          |
| Vanduo arba vanduo paskanintas vaisiais/uogomis                                                     | Vanduo arba vanduo paskanintas vaisiais/uogomis                                  | Vanduo arba vanduo paskanintas vaisiais/uogomis                                           | Vanduo arba vanduo paskanintas vaisiais/uogomis                                                              | Vanduo arba vanduo paskanintas vaisiais/uogomis                                 |
| <b>1PATIEKALAS:</b>                                                                                 | <b>1PATIEKALAS:</b>                                                              | <b>1PATIEKALAS:</b>                                                                       | <b>1PATIEKALAS:</b>                                                                                          | <b>1PATIEKALAS:</b>                                                             |
| Makaronų lakštų plokštainis su kiaušiena ir sūriu (lazanija), (T)                                   | Kepta vištienos file (T), virti griekiai .                                       | Kiaulienos kepti gabaliukai su svogūnais (T) virti ryžiai su ciberžole, pomidorų padažas. | Kepta žuvies file (sterkas arba jūros lydeka) (T), bulvių košė, špinatų arba brokolių padažas.               | Kepta paukšties blaudelė be odos ir kaulų (T), miežinės kruopos.                |
| Daržovių salotos, natūralios arba marinuotos daržovės.                                              | Daržovių salotos, natūralios arba marinuotos daržovės.                           | Daržovių salotos, natūralios arba marinuotos daržovės, marinuoti svogūnai.                | Daržovių salotos, natūralios arba marinuotos daržovės.                                                       | Daržovių salotos, natūralios arba marinuotos daržovės.                          |
| 150/75                                                                                              | 75/70/75                                                                         | 75/20/20/70/75                                                                            | 75/80/40/75                                                                                                  | 75/75/75                                                                        |
| <b>2PATIEKALAS:</b>                                                                                 | <b>2PATIEKALAS:</b>                                                              | <b>2PATIEKALAS:</b>                                                                       | <b>2PATIEKALAS:</b>                                                                                          | <b>2PATIEKALAS:</b>                                                             |
| Lietiniai blynai su varškės įdaru (T), apelsinų padažas, vaisių ir uogų salotos, 30 proc. grietinė. | Troškinta paukštiena su daržovėmis (T), virtas kuskusas arba perlinis kuskusas . | Natūralus kiaušienos kotletas su sūriu (T) virtos bulgur kruopos.                         | Kepta lašišos file su prieskoninėmis žolelėmis(T), virti ryžiai.                                             | Kapotos vištienos file kepsniukai (T), virti griekiai, kepti obuoliai.          |
| 230/30/30/75                                                                                        | 130/100/75                                                                       | 75/70/75                                                                                  | 80/100/75                                                                                                    | 80/80/75/75                                                                     |
| <b>3 PATIEKALAS(augalinis):</b>                                                                     | <b>3 PATIEKALAS:</b>                                                             | <b>3 PATIEKALAS:</b>                                                                      | <b>3 PATIEKALAS:</b>                                                                                         | <b>3 PATIEKALAS:</b>                                                            |
| Grikių-daržovių kepinukai(A,T)                                                                      | Kepti varškėčiai su ciberžole (T).                                               | Sklindžiai su obuoliais ir migdolų miltais(T)                                             | Varškės pudingas (T),trinti konservuoti vaisiai (persikai arba abrikosai, arba kriaušės), grietinė 30 proc.. | Virti virtinukai su varškės įdaru(T). Vaisių ar uogų salotos. Grietinė 30 proc. |
| Daržovių salotos, natūralios arba marinuotos daržovės.                                              | Vaisių salotos su natūraliu jogurtu                                              | Trintos šaldytos uogos, natūralus jogurtas.                                               |                                                                                                              |                                                                                 |
| 200/75                                                                                              | 180/60                                                                           | 200/50/30                                                                                 | 200/50/40                                                                                                    | 200/70/30                                                                       |
|                                                                                                     | <b>4 PATIEKALAS (augalinis):</b>                                                 | <b>4 PATIEKALAS (augalinis):</b>                                                          | <b>4 PATIEKALAS (augalinis):</b>                                                                             | <b>4 PATIEKALAS (augalinis):</b>                                                |
|                                                                                                     | Grikių troškiny su daržovėmis (A,T)                                              | Troškintos daržovės su lęšiais (A,T)                                                      | Perlinių kruopų troškiny su miežinėmis kruopomis ir daržovėmis (A,T)                                         | Pupelių troškiny su daržovėmis (A,T)                                            |
|                                                                                                     | 200                                                                              | 200/75                                                                                    | 80/60/100/75                                                                                                 | 110/110                                                                         |
| <b>PAVAKARIAI:</b>                                                                                  | <b>PAVAKARIAI:</b>                                                               | <b>PAVAKARIAI:</b>                                                                        | <b>PAVAKARIAI:</b>                                                                                           | <b>PAVAKARIAI:</b>                                                              |
| Duona su sviestu ir pomidoru                                                                        | Bananų ir apelsinų desertas                                                      | Grūdų traputis(paplotėlis) su riešutų sviestu                                             | Šviežių daržovių rinkinys                                                                                    | Sumuštinis su sviestu ir varškės sūriu                                          |
| 26,5/3,5/20/0,1                                                                                     | 70/50                                                                            | 15/15                                                                                     | 30/25/25/25                                                                                                  | 30//5//20                                                                       |

Perspektyvinį valgiaraštį ir visą informaciją parengė: UAB "Mamos maisto paslaptys" direktorė - maisto technologė Aliona Balsienė

Valgiaraščiuose gali būti pakeitimai: garnyras prie patiekalų, patiekalas gali keistis, jeigu sutrinka žaliavos tiekimas.

Valgykloje organizuojamas, furšetinis maitinimas, (dalinai vaikams pagal kiekvieno poreikį yra padedama įsidėti maisto).

Apie patiekalus, turinčius alergenų, maitinimo organizavimo ir valgiaraščių klausimais teirautis, kont.informacija: +370 60256500, alionabalsiene@gmail.com

Vaikams, turintiems maisto alergijų ar netoleravimų, maitinimas derinamas individualiai. Prašome susisiekti su Aliona ir susiderinti.

Augalinis patiekalas (žymimas A raide) - pagamintas iš augalinės kilmės produktų.

Tausojantis (žymimas T raide) - maistas, pagamintas maistines savybes tausojančiu gamybos būdu: virtas vandenyje, ar garuose, troškintas, pagamintas konvekciniame, įvyniotas į kepimo popierių.

Duona - patiekama kasdien 1-2 rūšių.

Salotos ar daržovės patiekiamos kasdieną skirtingos, pagal skirtingas 65 salotų receptūras, atsižvelgiant į sezoniskumą.

Vaisiai dalijami klasėms ir valgomai ne pietų metu.

Geriamas vanduo arba paskanintas vanduo įvairiais vaisiais, uogomis, prieskoninėmis žolelėmis bei daržovėmis buna patiekiamas kasdieną ir prienamas visą dieną kiekvienam.

Perspektyvinis valgiaraštis 7-10 metų amžiaus grupių vaikams (su patiekalų receptūromis, išėigomis ir alergenais) yra pakabintas valgykloje, visus norinčius kviečiame susipažinti.

## 7-10 METŲ AMŽIAUS VAIKŲ MOKYKLOS PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS 2 (ANTRA VALGIARAŠČIO SAVAITĖ)

| PIRMADIENIS:                                    | ANTRADIENIS:                                      | TREČIADIENIS:                                    | KETVIRTADIENIS:                                        | PENKTADIENIS:                                   |
|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| Sezoniniai vaisiai                              | Sezoniniai vaisiai                                | Sezoniniai vaisiai                               | Sezoniniai vaisiai                                     | Sezoniniai vaisiai                              |
| 150                                             | 150                                               | 150                                              | 150                                                    | 150                                             |
| <b>PIETŪS:</b>                                  | <b>PIETŪS:</b>                                    | <b>PIETŪS:</b>                                   | <b>PIETŪS:</b>                                         | <b>PIETŪS:</b>                                  |
| Ankštinių daržovių sriuba (A,T)                 | Agurkų sriuba su kruopomis (A,T)                  | Barščių sriuba su pupelėmis (A,T)                | Trinta žaliųjų žirnelių sriuba (A,T)                   | Raugintų arba šviežių kopūstų sri               |
| Duona                                           | Duona                                             | Duona                                            | Duona                                                  | Duona                                           |
| 150/40                                          | 150/40                                            | 150/40                                           | 150/40                                                 | 150/40                                          |
| Vanduo arba vanduo paskanintas vaisiais/uogomis | Vanduo arba vanduo paskanintas vaisiais/uogomis   | Vanduo arba vanduo paskanintas vaisiais/uogomis  | Vanduo arba vanduo paskanintas vaisiais/uogomis        | Vanduo arba vanduo paskanintas vaisiais/uogomis |
| <b>1PATIEKALAS:</b>                             | <b>1PATIEKALAS:</b>                               | <b>1PATIEKALAS:</b>                              | <b>1PATIEKALAS:</b>                                    | <b>1PATIEKALAS:</b>                             |
| Ryžių troškiny su kiauliena ir daržovėmis(T)    | Paukštienos kepsnys su sviesto įdaru (T)          | Jautienos - kiaulienos maltinis (T),             | Kepta paukštienos šlaunelė be odos ir                  | Lašišos maltinis (T), špinatų pada              |
| Daržovių salotos, natūralios                    | bulvių košė.                                      | daržovių padažas (T), virtos bulgur kruopos.     | kaulų (T), kuskusas, morkų padažas.                    | Daržovių salotos, natūralios                    |
| arba marinuotos daržovės.                       | Daržovių salotos, natūralios                      | Daržovių salotos, natūralios                     | Daržovių salotos, natūralios                           | arba marinuotos daržovės.                       |
| 100/100/75                                      | arba marinuotos daržovės.                         | arba marinuotos daržovės.                        | arba marinuotos daržovės.                              |                                                 |
|                                                 | 97,5/75/75                                        | 75/30/70/75                                      | 100/60/30/75                                           | 70/100/30/75                                    |
| <b>2PATIEKALAS:</b>                             | <b>2PATIEKALAS:</b>                               | <b>2PATIEKALAS:</b>                              | <b>2PATIEKALAS:</b>                                    | <b>2PATIEKALAS:</b>                             |
| Kiaulienos maltinis su jautienos įdaru (T),     | Troškinta vištiena su kokoso grietinėle ir        | Jautienos troškiny su daržovėmis (T),            | Maltas paukštienos kepsnys (T),                        | Kepta jūros lydeka (T), ryžiai virti            |
| perlinis kuskusas, trintų morkų                 | daržovėmis (T). Virti lęšiai.                     | Virti griekiai.                                  | makaronai su pomidorais ir špinatais arba pilno        | daržovėmis.Troškintų daržovių m                 |
| padažas. Daržovių salotos, natūralios           | Daržovių salotos, natūralios                      | Daržovių salotos, natūralios                     | grūdo.Daržovių salotos, natūralios                     |                                                 |
| arba marinuotos daržovės.                       | arba marinuotos daržovės.                         | arba marinuotos daržovės.                        | arba marinuotos daržovės.                              |                                                 |
| 75/75/30/75                                     | 70/60/75/75                                       | 70/45/75                                         | 75/50/75                                               | 100/80/50                                       |
| <b>3PATIEKALAS:</b>                             | <b>3PATIEKALAS:</b>                               | <b>3PATIEKALAS:</b>                              | <b>3PATIEKALAS:</b>                                    | <b>3PATIEKALAS:</b>                             |
| Virti varškėčiai (T),                           | Mieliniai blynai su liofilizuotomis avietėmis ir  | Kepti varškėčiai su ciberžole ir aguonomis(T).   | Lietiniai su vištiena (T), sviesto - grietinės padažas | Varškės pudingas su bananais (T)                |
| natūralus jogurtas su braškėmis.                | sėlenomis(T).Vaisių salotos su natūraliu jogurtu. | Trintos uogos, jogurtinė grietinė.               | arba su varškės įdaru, grietinė, sulčių padažas.       | vaisių salotos.                                 |
| 200/50                                          | 170/50                                            | 150/30/30                                        | 225/30                                                 | 180/50                                          |
| <b>4 PATIEKALAS (augalinis):</b>                | <b>4 PATIEKALAS (augalinis):</b>                  | <b>4 PATIEKALAS (augalinis):</b>                 | <b>4 PATIEKALAS (augalinis):</b>                       | <b>4 PATIEKALAS (augalinis):</b>                |
| Troškintos daržovės su lęšiais (A,T)            | Perlinių kruopų troškiny su miežinėmis kruo-      | Grikių kruopų paplotėliai (A,T).                 | Avinžirnių troškiny su daržovėmis (A,T)                | Grikių troškiny su daržovėmis (A                |
|                                                 | pomis ir daržovėmis (A, T)                        |                                                  |                                                        |                                                 |
| 100/100                                         | 60/40/70                                          | 150/20                                           | 90/90                                                  | 90/80                                           |
| <b>PAVAKARIAI:</b>                              | <b>PAVAKARIAI:</b>                                | <b>PAVAKARIAI:</b>                               | <b>PAVAKARIAI:</b>                                     | <b>PAVAKARIAI:</b>                              |
| Vaisių ir uogų asorti                           | Duona su sviestu ir varškės sūriu                 | Grūdų paplotėliai arba trapiukai su tepamu sūriu | Varškė su bananais                                     | Pienas su sausainiais "Ežiukas"                 |
| 200                                             | 20/2/10/20                                        | 24/36                                            | 150/30                                                 | 50/150                                          |

Perspektyvinį valgiaraštį ir visą informaciją parengė: UAB "Mamos maisto paslaptys" direktorė - maisto technologė Aliona Balsienė

Valgiaraščiuose gali būti pakeitimai: garnyras prie patiekalų, patiekalas gali keistis, jeigu sutrinka žaliavos tiekimas.

Valgykloje organizuojamas, furšetinis maitinimas, (dalinai vaikams pagal kiekvieno poreikį yra padedama įsidėti maisto).

Apie patiekalus, turinčius alergenu, maitinimo organizavimo ir valgiaraščių klausimais teirautis, kont.informacija: +370 60256500, alionabalsiene@gmail.com

Vaikams, turintiems maisto alergijų ar netoleravimų, maitinimas derinamas individualiai. Prašome susisiekti su Aliona ir susiderinti.

Augalinis patiekalas (žymimas A raide) - pagamintas iš augalinės kilmės produktų.

Tausojantis (žymimas T raide) - maistas, pagamintas maistines savybes tausojančių gamybos būdu: virtas vandenyje, ar garuose, troškintas, pagamintas konvekciniame, įvyniotas į kepimo popierių.

Duona - patiekama kasdien 1-2 rūšių.

Salotos ar daržovės patiekiamos kasdieną skirtingos, pagal skirtingas 65 salotų receptūras, atsižvelgiant į sezoniskumą.

Vaisiai dalijami klasėms ir valgomi ne pietų metu.

Geriamas vanduo arba paskanintas vanduo įvairiais vaisiais, uogomis, prieskoninėmis žolelėmis bei daržovėmis būna patiekiamas kasdieną ir prieinamas visą dieną kiekvienam.

Perspektyvinis valgiaraštis 7-10 metų amžiaus grupių vaikams (su patiekalų receptūromis, išieigomis ir alergenais) yra pakabintas valgykloje, visus norinčius kviečiame susipažinti.



Direktorė  
Giedrė Statkutė

### 7-10 METŲ AMŽIAUS VAIKŲ MOKYKLOS PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS 3 (TREČIA VALGIARAŠČIO SAVAITĖ)

| PIRMADIENIS:                                                                                                                                                | ANTRADIENIS:                                                                                                                                      | TREČIADIENIS:                                                                                                                                      | KETVIRTADIENIS:                                                                                                                                                     | PENKTADIENIS:                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sezoniniai vaisiai<br>150                                                                                                                                   | Sezoniniai vaisiai<br>150                                                                                                                         | Sezoniniai vaisiai<br>150                                                                                                                          | Sezoniniai vaisiai<br>150                                                                                                                                           | Vaisių arba uogų, arba daržovių sultys<br>150                                                                                                                               |
| <b>PIETŪS:</b>                                                                                                                                              | <b>PIETŪS:</b>                                                                                                                                    | <b>PIETŪS:</b>                                                                                                                                     | <b>PIETŪS:</b>                                                                                                                                                      | <b>PIETŪS:</b>                                                                                                                                                              |
| Trinta batatų ir morkų sriuba (A,T)<br>Duona<br>150/40<br>Vanduo arba vanduo paskanintas vaisiais/uogomis<br>1PATIEKALAS:                                   | Šviežių arba raugintų kopūstų sriuba (A,T)<br>Duona<br>150/40<br>Vanduo arba vanduo paskanintas vaisiais/uogomis<br>1PATIEKALAS:                  | Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (A,T)<br>Duona<br>150/40<br>Vanduo arba vanduo paskanintas vaisiais/uogomis<br>1PATIEKALAS:                  | Žirnių sriuba su perlinėmis kruopomis (A,T)<br>Duona<br>150/40<br>Vanduo arba vanduo paskanintas vaisiais/uogomis<br>1PATIEKALAS:                                   | Burokėlių sriuba (A,T) arba šaltibarščiai<br>Duona<br>150/40<br>Vanduo arba vanduo paskanintas vaisiais/uogomis<br>1PATIEKALAS:                                             |
| Troškinta mėsa su padažu (T),<br>pilno grūdo arba speltos<br>miltų makaronai.<br>Daržovių salotos, natūralios<br>arba marinuotos daržovės.<br>75/45/75/75   | Traški vištiena (T)<br>virti ryžiai su ciberžole,<br>agurkų padažas.<br>Daržovių salotos, natūralios<br>arba marinuotos daržovės.<br>120/75/30/75 | Kepta sprandinė gabale (T),<br>virtos bulguro kruopos.<br>Daržovių salotos, natūralios<br>arba marinuotos daržovės.<br>75/75/75                    | Lašiša su prieskoninėmis žolelėmis ir<br>citrina (T), virtas kuskusas.<br>Daržovių salotos, natūralios<br>arba marinuotos daržovės.<br>75/75/75                     | Troškintos maltos jautienos - kiaulienos padažas (T)<br>pilno grūdo arba špinatų makaronai, sūris.<br>Daržovių salotos, natūralios<br>arba marinuotos daržovės.<br>70/75/75 |
| <b>2PATIEKALAS:</b>                                                                                                                                         | <b>2PATIEKALAS:</b>                                                                                                                               | <b>2PATIEKALAS:</b>                                                                                                                                | <b>2PATIEKALAS:</b>                                                                                                                                                 | <b>2PATIEKALAS:</b>                                                                                                                                                         |
| Karališki balandėliai (T),<br>pomidorų - grietinės padažas,<br>virtos bulvės.<br>Daržovių salotos, natūralios<br>arba marinuotos daržovės.<br>100/20/100/75 | Vištienos file maltinukas (T),<br>perlinės kruopos, agurkų padažas.<br>Daržovių salotos, natūralios<br>arba marinuotos daržovės.<br>75/100/30/75  | Kiaulienos maltinukas su sėlenomis (T),<br>virti lęšiai arba avinžirniai.<br>Daržovių salotos, natūralios<br>arba marinuotos daržovės.<br>80/60/75 | Žuvies (jūros lydekos) troškinti kukuliai<br>su daržovių padažu (T).<br>Virtos bulvės.<br>Daržovių salotos, natūralios<br>arba marinuotos daržovės.<br>100/30/70/75 | Kiaulienos ir kukulių maltinukas (T),<br>virti griekiai su bolivine balanda. Brokolių padažas.<br>Daržovių salotos, natūralios<br>arba marinuotos daržovės.<br>70/75/30/75  |
| <b>3PATIEKALAS:</b>                                                                                                                                         | <b>3PATIEKALAS:</b>                                                                                                                               | <b>3PATIEKALAS:</b>                                                                                                                                | <b>3PATIEKALAS:</b>                                                                                                                                                 | <b>3PATIEKALAS:</b>                                                                                                                                                         |
| Varškės apkepas (T), vaisių ir uogų<br>salotos, grietinė 30 proc.<br>170/60/40                                                                              | Kepti varškėčiai (T), vaisių salotos, grietinė.<br>200/50/40                                                                                      | Virtų bulvių didžukuliai su varške arba su mėsa<br>(sviesto - grietinės padažas (T)).<br>150/30                                                    | Virtinukai su varškės įdaru (T), vaisių - uogų<br>salotos, saldus jogurtinės grietinės padažas<br>200/50/30                                                         | Virti varškėčiai (T), trintos uogos su bananais,<br>jogurtinė grietinė.<br>180/30/30                                                                                        |
| <b>4 PATIEKALAS (augalinis):</b>                                                                                                                            | <b>4 PATIEKALAS (augalinis):</b>                                                                                                                  | <b>4 PATIEKALAS (augalinis):</b>                                                                                                                   | <b>4 PATIEKALAS (augalinis):</b>                                                                                                                                    | <b>4 PATIEKALAS (augalinis):</b>                                                                                                                                            |
| Troškintos daržovės su raudonais lęšiais (A,T)<br>80/80                                                                                                     | Perlinių kruopų troškiny su miežinėmis kruopomis<br>ir daržovėmis (A,T)<br>60/40/70                                                               | Grikių kruopų paplotėliai A,(T).<br>150/75                                                                                                         | Perlinių kruopų troškiny su miežinėmis<br>kruopomis ir daržovėmis (A,T)<br>200                                                                                      | Grikių troškiny su daržovėmis (A,T)<br>100/100                                                                                                                              |
| <b>PAVAKARIAI:</b>                                                                                                                                          | <b>PAVAKARIAI:</b>                                                                                                                                | <b>PAVAKARIAI:</b>                                                                                                                                 | <b>PAVAKARIAI:</b>                                                                                                                                                  | <b>PAVAKARIAI:</b>                                                                                                                                                          |
| Sausainiai su pienu<br>50/150                                                                                                                               | Duona su sviestu, pomidorai, bazilikai<br>26,5/3,5/20/0,1                                                                                         | Smulkinti bananai su trintomis braškėmis<br>70/30                                                                                                  | Sūrio lazdelė, morkų lazdelės<br>20/30                                                                                                                              | Grūdų traputis su tepamu natūraliu sūreliu<br>18//12                                                                                                                        |

Perspektyvinį valgiaraštį ir visą informaciją parengė: UAB "Mamos maisto paslaptys" direktorė - maisto technologė Aliona Balsienė

Valgiaraščiuose gali būti pakeitimai: garnyras prie patiekalų, patiekalas gali keistis, jeigu sutrinka žaliavos tiekimas.

Valgykloje organizuojamas, furšetinis maitinimas, (dalinai vaikams pagal kiekvieno poreikį yra padedama įsidėti maisto).

Apie patiekalus, turinčius alergijų, maitinimo organizavimo ir valgiaraščių klausimais teirautis, kont.informacija: +370 60256500, alionabalsiene@gmail.com

Vaikams, turintiems maisto alergijų ar netoleravimų, maitinimas derinamas individualiai. Prašome susisiekti su Aliona ir susiderinti.

Augalinis patiekalas (žymimas A raide) - pagamintas iš augalinės kilmės produktų.

Tausojantis (žymimas T raide) - maistas, pagamintas maistinės savybės tausojančiu gamybos būdu: virtas vandenyje, ar garuose, troškintas, pagamintas konvekciniame, įvyniotas į kepimo popierių.

Duona - patiekama kasdien 1-2 rūšių.

Salotos ar daržovės patiekiamos kasdieną skirtingos, pagal skirtingas 65 salotų receptūras, atsižvelgiant į sezoniskumą.

Vaisiai dalijami klasėms ir valgomi ne pietų metu.

Geriamas vanduo arba paskanintas vanduo įvairiais vaisiais, uogomis, prieskoninėmis žolelėmis bei daržovėmis būna patiekiamas kasdieną ir prieinamas visą dieną kiekvienam.

Perspektyvinis valgiaraštis 7-10 metų amžiaus grupių vaikams (su patiekalų receptūromis, išėgomis ir alergeneis) yra pakabintas valgykloje, visus norinčius kviečiame susipažinti.