VALGIARAŠTIS (1-3 m. ir 4-7 m.) ***2 savaitė***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PIRMADIENIS** | **ANTRADIENIS** | **TREČIADIENIS** | **KETVIRTADIENIS** | **PENKTADIENIS** |
| **Pusryčiai** | | | | |
| Omletas T 80/100  Šviesi duona su sviestu  20/4; 20/4;  Sezoninės daržovės 50:50  Arbatžolių arbata (nesald.)  \*Vaisiai 100; 120 | Avižinių dribsnių košė  su sviestu T 150/6; 200/8  Sausučiai 10; 15  Arbatžolių arbata su citrina (nesald.)  \*Vaisiai 80; 80 | Grikių kruopų košė su sviestu TA 150/6; 200/8  Šviesi duona su pupelių užtepėle 25/15; 30/20  Arbatžolių arbata (nesald.)  \*Vaisiai 120; 120 | Miežinių kruopų košė su al.  TA 150/6; 200/6  Šviesi duona su  sviestu ir ferm. sūriu 20/3/10; 30/4/15  Arbatžolių arbata (nesald.)  \*Vaisiai 80; 120 | Kukurūzų kruopų košė su sviestu T 150/6; 200/8  Sūrio lazdelė 20; 40  Arbatžolių arbata (nesald.)  \*Vaisiai 120; 120 |
| **Pietūs** | | | | |
| Daržovių sultinys su makaronais TA 100: 150  Ruginė duona 25; 30  Plovas su kiauliena T 110/40; 150/50  Sezoninių daržovių rinkinys 60; 80  Pagardintas stalo vanduo | Trinta bulvių-morkų ir raudonųjų lęšių sriuba TA 100; 150  Skrebučiai 10;10  Vištienos maltinukas T 60; 80  Kvietinės Bulgur arba Kuskus kruopos TA 60; 80  \*\*Daržovių salotos su  nerafinuotu aliejumi 50; 50  Sezoninės daržovės 30; 50  Pagardintas stalo vanduo | Barščiai su bulvėmis ir jog. grietine T 100/0; 150/15  Ruginė duona 25 30  Jautienos kukuliai T 70; 80  Bulvių košė T 60; 80  \*\*Daržovių salotos su  jogurtu 50; 70  Sezoninės daržovės 30; 30  Pagardintas stalo vanduo | Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis ir kiaulienos kukuliais T 100/18; 150/24  Ruginė duona 25; 30  Žuvies maltinukas T *(lopšelis)* 60  Kepta (riebi) žuvis T *(darželis)* 80  Virtos bulvės TA 60; 80  Sezoninių daržovių rinkinys  60; 80  Pagardintas stalo vanduo | Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis TA 150; 200  Ruginė duona 25; 30  Troškinta kalakutiena T 50/20; 80/40  Virtos bulvės TA 60; 80  \*\*Daržovių salotos su  nerafinuotu aliejumi 50; 50  Sezoninės daržovės 30; 50  Pagardintas stalo vanduo |
| **Vakarienė** | | | | |
| Bulvių puselės TA 120; 150  Sezoninių daržovių rinkinys 50; 50  Kefyras 120; 120 | Makaronai su trošk. kiaulienos, grietinės ir pomidorų padažu T 105/45; 125/75  Sezoninės daržovės 30; 50  Arbatžolių arbata (nesald.) | Lietiniai su jogurto ir uogienės padažu 100/30; 120/30  Arbatžolių arbata (nesald.) | Pieniška kruopų  sriuba T 150; 200  Šviesi duona su sviestu ir varškės sūriu 30/4/15; 30/6/15 | Virti varškėčiai su sald. jogurto padažu T 120/30; 150/30  Arbatžolių arbata (nesald.) |

„\*\*“rekomenduojama rinktis pagal sezoniškumą „\*“ produktus ar patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu.„T“ – tausojantis „A“ - augalinis