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;10Vištienos 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; 30Pagardintas 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