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

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PIRMADIENIS**  | **ANTRADIENIS**  | **TREČIADIENIS**  | **KETVIRTADIENIS**  | **PENKTADIENIS**  |
| **Pusryčiai** |
| Grikių kruopų košė su al. TA 150/6; 200/6 Šviesi duona su sviestu ir varškės sūriu 30/4/15; 35/5/20 Arbatžolių arbata (nesald.) \*Vaisiai 80;100  | Penkių javų dribsnių košė su sviestu T 150/6; 200/8 Duoniukai arba trapučiai su uogiene ar džemu 10/20; 10/20 Arbatžolių arbata (nesald.) \*Vaisiai 120; 120 | Miežinių kruopų košė su al. TA 150/6; 200/6 Duoniukai arba trapučiai su lydytu sūriu 10/15; 10/15 Arbatžolių arbata (nesald.) \*Vaisiai 120; 120  |  Ryžių kruopų košė su sviestu T 150/6; 200/8 Duoniukai arba trapučiai su morkų A 10/20; 15/25 Arbatžolių arbata (nesald.) \*Vaisiai 80; 80 | Kiaušinių košė T 80; 100 Žalieji žirneliai (konserv.) su grietine 30/10; 50/10 Šviesi duona su sviestu 25/5; 25/5 Arbatžolių arbata (nesald.) \*Vaisiai 80; 100 |
| **Pietūs** |
| Barščiai su pupelėmis ir jog. grietine T 100/10; 150/15 Ruginė duona 25; 30 Kiaulienos maltinukas T 60; 80 Virtos bulvės TA 60; 80 \*\*Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 50; 50 Sezoninės daržovės 30; 50 Pagardintas stalo vanduo  | Kopūstų sriuba su bulvėmis TA 100; 150 Ruginė duona 25; 30 Troškinta vištiena T 60/40; 70/50 Virtos kruopos TA *(grikiai/ryžiai/avižinės/perlinės)* 60; 80 \*\*Daržovių salotos su jogurtu 50; 50 Sezoninės daržovės 30; 50 Pagardintas stalo vanduo | Rūgštynių sriuba su bulvėmis ir jog. Grietine T 100/10; 150/15 Ruginė duona 25; 30 Jautienos ir kiaulienos maltinukas T 60 *(lopšelis)* Jautienos befstrogenas T 80 *(darželis)* Bulvių košė T 60; 80 \*Daržovės su grietine 70/10 (lopšelis) Sezoninių daržovių rinkinys 80 (darželis) Pagardintas stalo vanduo  |  Bulvių sriuba su kiaulienos kukuliais T 80/20; 120/30 Ruginė duona 25; 30 Žuvies kukulis T 70; 80 Bulvių košė T 60; 80 Keptos morkų lazdelės TA 50; 50 Sezoninės daržovės 30; 50 Pagardintas stalo vanduo |  Žirnių sriuba TA 100; 150 Ruginė duona 25; 30 Kalakutienos maltinukas T 60; 80 Virtos kruopos TA *(grikiai/ryžiai/avižinės/perlinės)* 60; 80 \*\*Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 50; 50 Sezoninės daržovės 30; 50 Pagardintas stalo vanduo |
| **Vakarienė** |
| Varškės spygliukai su grietinės ir sviesto padažu T 120/35; 150/30 T Arbatžolių arbata (nesald.)  |  Omletas su varške T 90; 110 Šviesi duona 25; 30 Sezoninės daržovės 30; 50 Arbatžolių arbata (nesald.) | Sklindžiai su jogurto ir uogienės padažu 120/30; 150/30 Arbatžolių arbata (nesald.)  |  Makaronai su sviesto ir grietinės padažu T 150/15; 200/20 Arbatžolių arbata (nesald.) | Bulvių košė su morkomis ir kiaulienos, grietinės padažu T 160/35; 200/45 Kefyras 120 150 |

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