

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

| PIRMADIENIS | ANTRADIENIS | TREČIADIENIS | KETVIRTADIENIS | PENKTADIENIS |
|---|---|--|---|--|
| Pusryčiai | | | | |
| Kvietinių kruopų košė T 150 200 Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu 25/5/10 30/6 15 Arbatžolių arbata (nesald.) *Vaisiai 100 100 | Kukurūzų kruopų košė su sviestu, cukrumi ir cinamonu T 150/6/3 200/8/4 Duoniukai arba trapučiai su varškės užtepėle 10/15 Arbatžolių arbata (nesald.) *Vaisiai 80 80 | Penkių javų dribsnių košė su sviestu T 150/6 200/8 Duoniukai arba trapučiai su lydytu sūriu 10/15 Arbatžolių arbata su citrina (nesald.) *Vaisiai 80 100 | Virti kiaušiniai T 60 60 Žalieji žirneliai arba kukurūzai (konserv.) 30 50 Šviesi duona su sviestu 20/4 20/4 Kakava su pienu (sald.) 100 150 *Vaisiai 80 100 | Grikių kruopų košė su nerafinuotu aliejumi TA 150/6 200/7 Duoniukai arba trapučiai su morkų užtepėle A 15/20 15/25 Arbatžolių arbata (nesald.) *Vaisiai 80 80 |
| Pietūs | | | | |
| Žirnių-perlinių kruopų sriuba TA 100 150 Ruginė duona 25 30 Kiaulienos maltinukas T 60/80 Virtos bulvės TA 60 80 **Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 70 80 Pagardintas stalo vanduo | Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis TA 100 150 Ruginė duona 25 30 Plovas su vištiena T 100/40 140/50 **Daržovės 70 100 Pagardintas stalo vanduo | Barščiai su bulvėmis TA 100 150 Ruginė duona 25 30 Troškintas jautienos maltinukas T (lopšelis) 60 Jautienos befstrogenas T 70/30 Virtos bulvės TA 60 80 **Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 60 80 Pagardintas stalo vanduo | Daržovių sultinys su makaronais ir bulvėmis TA 100 150 Ruginė duona 25 30 Troškinta kalakutiena T 50/20 60/40 Virtos ankštinės daržovės TA 60 80 **Daržovės 60 70 Pagardintas stalo vanduo | Pupelių sriuba su bulvėmis ir vištienos gabaliukais T 90/10 130/20 Ruginė duona 25 30 Žuvies kukulis 70 90 Bulvių košė su morkomis T 60 80 Burokėlių salotos 50 50 **Daržovės 30 50 Pagardintas stalo vanduo |
| Vakarienė | | | | |
| Kepti varškėčiai T su trintų uogų ir bananų padažu 110/35 140/35 Arbatžolių arbata (nesald.) | Makaronai T su sviesto-grietinės padažu 100/20 120/20 Arbatžolių arbata (nesald.) | Sklindžiai su jogurto ir uogienės padažu 120/30 150/30 Arbatžolių arbata (nesald.) | Bulvių košė T su kiaulienos ir grietinės padažu 160/35 200/45 Kefyras 120 150 | Varškės ir ryžių apkepas T su trintų uogų ir bananų padažu 120/35 150/35 Arbatžolių arbata (nesald.) |

„*“ produktus ar patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu

Arbata: lopšelis 150

„**“ rekomenduojama rinktis pagal sezoniškumą

darželis 200

„T“ – tausojantis

„A“ - augalinis

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

| PIRMADIENIS | ANTRADIENIS | TREČIADIENIS | KETVIRTADIENIS | PENKTADIENIS |
|---|---|---|--|---|
| Pusryčiai | | | | |
| Ryžių košė su sviestu ir trintų uogų padažu T 150/630 200/8/30 Duoniukai arba trapučiai su varškės užtepėle (sald.) 10/15 15/20 Arbatžolių arbata (nesald.) *Vaisiai 80 80 | Avižinių dribsnių košė su sviestu T 150/6 200/8 Sausučiai 10 15 Kakava su pienu (sald.) *Vaisiai 80 80 | Omletas T 80 100 Šviesi duona su sviestu 25/5 20/4 Žalieji žirneliai arba kukurūzai (konserv.) 30 30 Arbatžolių arbata (nesald.) *Vaisiai 80 100 | Manų kruopų košė su cinamonu ir cukrumi T 150/3 200/4 Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu 25/5/10 25/5/10 Arbatžolių arbata (nesald.) *Vaisiai 100 100 | Kvietinių kruopų košė su sviestu T 150/6 200/8 Šviesi duona su pupelių užtepėle TA 20/15 30/20 Arbatžolių arbata (nesald.) *Vaisiai 80 80 |
| Pietūs | | | | |
| Daržovių sriuba TA 100 150 Ruginė duona 25 30 Kiaulienos kukulis T 60 80 Virti griekiai TA 60 80 **Daržovės 70 100 Pagardintas stalo vanduo | Kopūstų sriuba su bulvėmis TA 100 150 Ruginė duona 25 30 Vištienos maltinukas T 60 80 Troškintos ryžių kruopos TA 60 80 **Daržovių salotos su jogurtu 70 80 Pagardintas stalo vanduo | Barščiai su pupelėmis TA 100 150 Ruginė duona 25 30 Jautienos ir kiaulienos maltinukas T 60 80 Bulvių košė T 60 80 **Daržovės 50 50 Pagardintas stalo vanduo | Trinta žirnių sriuba TA 100 150 Ruginė duona 25 30 Kalakutienos kukulis (lopšelis) T 60 Troškinta kalakutiena (darželis) T 60/40 Virti griekiai TA 60 80 **Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 70 80 Pagardintas stalo vanduo | Ryžių sriuba su vištienos gabaliukais T 90/10 130/20 Ruginė duona 25 30 Žuvies maltinukas (lopšelis) 60 Kepta (riebi) žuvis (darželis) 75 Virtos bulvės TA 60 80 Burokėlių salotos su ankštinėmis daržovėmis 60 70 Pagardintas stalo vanduo |
| Vakarienė | | | | |
| Lietiniai su grietine ir trintų uogų su bananais padažu 100/20/25 120/20/30 Arbatžolių arbata (nesald.) | Virti varškėčiai T su jogurto padažu (sald.) 120/30 150/30 Arbatžolių arbata (nesald.) | Makaronai (T) su kiaulienos, grietinės ir pomidorų padažu 105/45 125/50 **Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 60 80 Arbatžolių arbata (nesald.) | Varškės pudingas su trintų uogų ir bananų padažu T 120/30 150/35 Arbatžolių arbata (nesald.) | Pieniška makaronų sriuba T 150 200 Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu 30/6/15 35/7/20 |

„*“ produktus ar patiekalus rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

Arbata: lopšelis 150

„**“ rekomenduojama rinktis pagal sezoniškumą

darželis 200

„T“ – tausojantis

„A“ - augalinis

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

| PIRMADIENIS | ANTRADIENIS | TREČIADIENIS | KETVIRTADIENIS | PENKTADIENIS |
|---|---|---|---|--|
| Pusryčiai | | | | |
| Grikių kruopų košė su sviestu T 150/6 200/8 Duoniukai/trapučiai 10 10 Kakava su pienu (sald.) 150 150 *Vaisiai 100 100 | Makaronai su varške ir sviestu T 120/40/4 150/50/5 Arbatžolių arbata su citrina (nesald.) *Vaisiai 80 80 | Kukurūzų kruopų košė su sviestu cukrumi ir cinamonu T 150/6/3 200/8/4 Natūralus jogurtas su trintų uogų padažu 120/35 120/35 Arbatžolių arbata (nesald.) *Vaisiai 80 100 | Kiaušinių košė T 80 100 Žalieji žirnėliai arba kukurūzai (konserv.) 30 30 Šviesi duona su sviestu 25/5 30/6 Arbatžolių arbata (nesald.) *Vaisiai 100 100 | Avižinių dribsnių košė su sviestu T 150/6 200/8 Sausučiai 30 30 Arbatžolių arbata (nesald.) *Vaisiai 80 100 |
| Pietūs | | | | |
| Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis TA 100 150 Ruginė duona 25 30 Kiaulienos mažylių balandėlis T 80 100 Bulvių košė T 60 80 **Daržovės 70 100 Pagardintas stalo vanduo | Pupelių sriuba TA 100 150 Ruginė duona 25 30 Troškinta vištiena T 50/50 60/60 Virtos bulvės TA 60 80 **Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 50 50 **Daržovės 20 30 Pagardintas stalo vanduo | Trinta daržovių sriuba TA 100 150 Ruginė duona 25 30 Virti jautienos kukuliai T 70 80 Virtos bulvės TA 60 80 Troškinti kopūstai TA 60 75 **Daržovės 50 50 Pagardintas stalo vanduo | Barščiai su bulvėmis TA 100 150 Ruginė duona 25 30 Kalakutienos maltinukas T 60 80 Virtos ankštinės daržovės TA 60 80 **Daržovių salotos su jogurtu 70 80 Pagardintas stalo vanduo | Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis TA 100 150 Ruginė duona 25 30 Žuvies maltinukas T 60 80 Žirnių ir bulvių košė T 60 80 Burokėlių salotos 50 50 **Daržovės 30 50 Pagardintas stalo vanduo |
| Vakarienė | | | | |
| Trinta cukinijų arba moliūgų sriuba su grietine T 150/8 200/8 Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu 25/5/10 30/6/15 | Sklindžiai su obuoliais ir jogurto-uogienės padažu 100/35 120/35 Arbatžolių arbata (nesald.) | Virti varškėčiai T su grietinės ir sviesto padažu 120/30 150/30 Arbatžolių arbata (nesald.) | Plovas su kiauliena T 100/40 140/50 **Daržovės 50 70 Arbatžolių arbata (nesald.) | Makaronai su troškintos kalakutienos padažu T 105/30 125/50 **Daržovės 50 50 Arbatžolių arbata (nesald.) |

„*“ produktus ar patiekalus rekomenduojama patiekti atskiru maitinimu

„**“ rekomenduojama rinktis pagal sezoniškumą

„T“ – tausojantis

„A“ - augalinis

Arbata: lopšelis 150

darželis 200