

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

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
Pusryčiai				
Kvietinių kruopų košė su sviestu 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	Perlinių 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 (darželis) 70/30 Virtos bulvės TA 60 80 **Daržovės 70 100 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 maltinukas T (lopšelis) 60 Kepta (riebi) žuvis T (darželis) 75 su jogurto padažu 15 20 Virtos bulvės TA 60 80 Burokėlių salotos 50 50 **Daržovės 30 50 Pagardintas stalo vanduo
Vakarienė				
Kepti varškėčiai su trintų uogų padažu T 110/35 140/35 Arbatžolių arbata (nesald.)	Makaronai su sviesto-grietinės padažu T 100/20 120/20 Arbatžolių arbata (nesald.)	Sklindžiai su jogurto ir uogienės padažu 120/30 150/30 Arbatžolių arbata (nesald.)	Bulvių košė su brokoliais ir kiaulienos, grietinės padažu T 160/35 200/45 Kefyras 120 150	Varškės ir ryžių apkepas su trintų uogų padažu T 120/35 15 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 Arbatžolių arbata su citrina (nesald.) *Vaisiai 80 80	Omletas T 80 100 Šviesi duona su sviestu 25/5 20/4 Žalieji žirnėliai 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 kepinukas 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 mažylių balandėlis T 80 100 Bulvių košė T 60 80 **Daržovės 50 50 Pagardintas stalo vanduo	Žirnių sriuba TA 100 150 Ruginė duona 25 30 Troškintas kalakutienos kepsnelis T 60 80 Virtos avižinės kruopos TA 60 80 **Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 70 80 Pagardintas stalo vanduo	Ryžių sriuba su vištienos gab. T 90/10 130/20 Ruginė duona 25 30 Žuvies kukulis T 70 90 Bulvių košė su morkomis T 60 80 Burokėlių salotos su ankštinėmis daržovėmis 60 70 Pagardintas stalo vanduo
Vakarienė				
Keptos bulvės A 100 120 **Daržovės 40 50 Kefyras 120 120	Virti varškėčiai su jogurto padažu (sald.) T 120/30 150/30 Arbatžolių arbata (nesald.)	Makaronai su trošk. kiaulienos padažu T 105/45 125/50 **Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 60 80 Arbatžolių arbata (nesald.)	Varškės pudingas su trintų uogų 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 patiekti 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 nerafinuotu aliejumi TA 150/5 200/6 Duoniukai arba trapučiai su varškės užtepėle 10/15 15/20 Kakava su pienu (sald.) 150 150 *Vaisiai 100 100	Penkių javų dribsnių košė su sviestu T 150/6 200/8 Šviesi duona su lydytu sūriu 10/15 15/20 Arbatžolių arbata su citrina (nesald.) *Vaisiai 80 80	Kukurūzų, moliūgų košė su sviestu T 120/6 150/8 Natūralus jogurtas su trintų uogų padažu 120/35 120/35 Arbatžolių arbata (neald.) *Vaisiai 80 100	Kiaušinių košė T 80 100 Žalieji žirneliai arba kukurūzai (konserv.) 30 30 Šviesi duona su sviestu 25/5 30/6 Arbatžolių arbata (neald.) *Vaisiai 100 100	Ryžių košė su sviestu T 150/6 200/8 Sausučiai 30 30 Arbatžolių arbata (neald.) *Vaisiai 80 100
Pietūs				
Ruginė duona 25 30 Kiaulienos guliašas T 50/30 75/45 Bulvių košė T 60 80 **Daržovės 70 100 Pagardintas stalo vanduo	Lęšių 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	Špinatų sriuba su bulvėmis 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 (lopšelis) 60 Kepta žuvis (riebi) T (darželis) 75 Žirnių ir bulvių košė T 60 80 Burokėlių salotos 50 50 **Daržovės 30 50 Pagardintas stalo vanduo
Vakarienė				
Trinta cukinijų arba moliūgų sriuba su grietinėle 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.)	Varškės spygliukai su grietinės ir sviesto padažu T 120/30 150/30 Arbatžolių arbata (nesald.)	Plovas su kalakutiena 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

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

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
Pusryčiai				
Miežinių kruopų košė su sviestu T 120/6 150/8 Kakava su pienu (sald.) 100 150 *Vaisių salotos su jogurtu ir trintų uogų padažu 120 120	Omletas su sūriu T 90 110 Žalieji žirneliai arba kukurūzai (konserv.) 30 30 Šviesi duona su sviestu 30/4 30/6 **Daržovės 30 30 Arbatžolių arbata su citrina (nesald.) *Vaisiai 80 100	Makaronai su varške ir sviestu T 120/40/4 150/50/5 Arbatžolių arbata (nesald.) *Vaisiai 100 100	Kukurūzų kruopų košė su sviestu, cukrumi ir cinamonu T 150/3 200/4 Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu 25/5/10 30/6/15 Arbatžolių arbata (nesald.) *Vaisiai 80 100	Grikių kruopų košė su nerafinuotu aliejumi TA 150/6 200/7 Šviesi duona su sviestu ir daržovėmis 30/6/20 30/6/20 Arbatžolių arbata (nesald.) *Vaisiai 80 100
Pietūs				
Trinta žirnių sriuba TA 100 150 Skrebučiai 8 10 Kiaulienos mažylių balandėlis T 80 100 Virtos bulvės TA 60 80 **Daržovės 50 50 Pagardintas stalo vanduo	Kopūstų sriuba su bulvėmis TA 100 150 Ruginė duona 25 30 Vištienos maltinukas T (lopšelis) 60 Troškintas vištienos kepsnelis (darželis) 80 Virtos ryžių kruopos TA 60 80 **Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 50 50 **Daržovės 20 30 Pagardintas stalo vanduo	Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis TA 100 150 Ruginė duona 25 30 Troškintas jautienos maltinukas T 60 80 Bulvių košė su brokoliais T 60 80 **Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 60 80 Pagardintas stalo vanduo	Barščiai su bulvėmis TA 100 150 Ruginė duona 25 30 Troškinta kalakutiena T 50/20 60/40 Virtos ankštinės daržovės TA 60 80 **Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 70 80 Pagardintas stalo vanduo	Pupelių sriuba su vištienos gab. T 90/10 130/20 Ruginė duona 20 30 Žuvies kukulis T 70 90 Bulvių košė T 60 80 Burokėlių salotos su obuoliais ir nerafinuotu aliejumi 70 80 Pagardintas stalo vanduo
Vakarienė				
Varškės pudingas su trintų uogų padažu T 120/35 150/35 Arbatžolių arbata (nesald.)	Daržovių troškinys TA 120 150 Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu 25/5/10 30/6/15 Kefyras 120 150	Lietiniai su jogurto ir uogienės padažu 100/35 120/35 Arbatžolių arbata (nesald.)	Makaronai su vištienos ir grietinės padažu T 100/35 120/45 **Daržovės 50 50 Arbatžolių arbata (nesald.)	Pieniška kruopų sriuba T 150 200 Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu 25/5/10 30/6/15

„*“ produktus ar patiekalus rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu

Arbata: lopšelis 150

„**“ rekomenduojama rinktis pagal sezoniškumą

darželis 200

„T“ – tausojantis

„A“ - augalinis