

II SAVAITĖS VALGIARAŠTIS

PUSRYČIAI

PIETŪS

VAKARIENĖ

Pastaba: Alergiją ir netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai pažymėti tamsintu šriftu.

PIRMADIENIS	<p>Grikių kruopų košė su sviestu 82 proc. (T) Sviestas, pienas Viso grūdo ruginė duona su sviestu 82 proc. ir pomidoru Sviestas, viso grūdo ruginė duona Nesaldinta juodoji arbata Citrusiniai vaisiai</p>	<p>Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis, morkomis ir grietine 30 proc. (T) Grietinė Kepti su garais vištienos kukuliai su sezamo sėklomis (T) Sezamo sėklos, kiaušiniai, avižiniai miltai Virtos bulvės (T) (A) Kopūstų, pomidorų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (A) Viso grūdo ruginė duona Viso grūdo ruginė duona Vanduo</p>	<p>Virti varškėčiai (varškė 9 proc.) su viso grūdo miltais ir grietine 30 proc. (T) Varškė, viso grūdo miltai, kiaušiniai, grietinė Erškėtrožių vaisių nesaldinta arbata Obuoliai</p>
ANTRADIENIS	<p>Tiršta manų kruopų košė su sviestu 82 proc. (T) Sviestas, pienas, manų kruopos Bananai Nesaldinta pankolių arbata</p>	<p>Burokėlių sriuba (T) Grietinė Viso grūdo ruginė duona Viso grūdo ruginė duona Jautienos troškiny su moliūgais (T) Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu(A) Vanduo</p>	<p>Skryliai iš viso grūdo miltų su grietine 30 proc.(T) Spelta miltai, kiaušiniai, grietinė Nesaldinta ramunėlių arbata Vynuogės</p>
TREČIADIENIS	<p>Avižinių dribsnių košė su sviestu 82 proc. (T) Avižiniai dribsniai, pienas, sviestas Kiviai Nesaldinta melisų arbata</p>	<p>Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (T) Grietinė Viso grūdo ruginė duona Viso grūdo ruginė duona Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (bulvės, morkos, žirneliai, kopūstai) troškiny (T) Grietinė Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais ir grietine 30 proc. Grietinė Vanduo 100/150 B 20,31/24,19 R15,78/19,87 A48,83/59,19 418,56/512,27kcal</p>	<p>Spelta miltų blynai su cukinija ir grietine 30 proc. Spelta miltai, kiaušiniai, grietinė Kiti vaisiai Pienas Pienas</p>

KETVIRTADIENIS	<p>Miežinių kruopų košė su sviestu 82 proc. (T) Miežinės kruopos, sviestas Grūdėta varškė 9 proc. Grūdėta varškė Nesaldinta čiobrelių arbata Citrusiniai vaisiai</p>	<p>Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis, morkomis (A) (T) Perlinės kruopos, grietinė Keptas orkaitėje tilapijų paplotėlis (T) Kiaušiniai Viso grūdo ruginė duona Viso grūdo ruginė duona Bulvių košė (T) Pienas, sviestas Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (A) Vanduo</p>	<p>Virti bulvių kukuliai su spelta miltais (T) Grietinė, spelta miltai Nesaldinta mėtų arbata</p>
PENKTADIENIS	<p>Trijų grūdų dribsnių košė su sviestu 82 proc. (T) Miežiniai, avižiniai, kvietiniai dribsniai, pienas, sviestas Virtas kiaušinis (T) Kiaušinis Viso grūdo ruginė duona su sviestu Viso grūdo ruginė duona, sviestas Nesaldinta vaisinė arbata Traškios morkytės</p>	<p>Pomidorinė sriuba su ryžiais (T) Grietinė Kiaulienos guliašas (T) Grietinė Švieži agurkai (A) Bulvės (A) (T) Viso grūdo ruginė duona Viso grūdo ruginė duona Vanduo 100/150</p>	<p>Varškės 9 proc. apkepas su ryžių kruopomis ir grietine 30 proc. (T) Varškė, grietinė, pienas, kiaušiniai Kiti vaisiai Nesaldinta liepžiedžių arbata</p>