

### III SAVAITĖS VALGIARAŠTIS

PUSRYČIAI

PIETŪS

VAKARIENĖ

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

PIRMADIENIS	<p>Miežinių kruopų košė su sviestu 82 proc. (T)  <b>Miežinės kruopos, sviestas</b>                  Varškė 9 proc. su kefyru 2,5 proc. ir trintais vaisiais/uogomis  <b>Varškė, kefyras</b>                  Nesaldinta pankolių arbata                  obuoliai</p>	<p>Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija ir grietine 30 proc.(T)  <b>Grietinė</b>                  Kalakutienos kukulis su morkomis (T)  <b>Kiaušiniai</b>                  Virtos bulvės (T)                  Žali žirneliai                  Vanduo</p>	<p>Sklindžiai su grietine 30 proc.  <b>Kiaušiniai, pienas, viso grūdo miltai, grietinė</b>                  Nesaldinta mėtų arbata</p>
ANTRADIENIS	<p>Ryžių kruopų košė su sviestu 82 proc. (T)  <b>Pienas, sviestas</b>                  Citrusiniai vaisiai                  Nesaldinta aviečių arbata</p>	<p>Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (T)  <b>Perlinės kruopos</b>                  Kepta su garais lašiša (T)                  Virtos bulvės (T) (A)                  Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis (A)                  Vanduo</p>	<p>Orkaitėje kepti varškėčiai (varškė 9 proc.) su aguonomis ir kukurūzų kruopomis (T)  <b>Varškė, kiaušiniai</b>                  Grietinė 30 proc.  <b>Grietinė</b>                  Nesaldinta ramunėlių arbata                  obuoliai</p>
TREČIADIENIS	<p>Kvietinių dribsnių košė su sviestu 82 proc. (T) 150/200  <b>Kvietiniai dribsniai, sviestas</b>                  Kepti orkaitėje sumuštiniai su varške 9 proc. ir obuoliais  <b>Viso grūdo duona, varškė</b>                  Nesaldinta kmynų arbata                  Bananai</p>	<p>Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis (T)  <b>Grietinė</b>                  Kepti su garais jautienos kukulaičiai (T)  <b>Kiaušiniai</b>                  Grikų kruopų košė (T)  <b>Sviestas</b>                  Agurkai (A)                  Vanduo</p>	<p>Skryliai iš viso grūdo spelta miltų (T)  <b>Viso grūdo miltai, kiaušiniai</b>                  Grietinė 30 proc.  <b>Grietinė</b>                  Vynuogės                  Nesaldinta kinrožių arbata</p>

KETVIRTADIENIS	<p>Viso grūdo makaronai su sviestu 82 proc. ir sūriu 40 proc. (T)  <b>Viso grūdo makaronai, sviestas, fermentinis sūris</b>  Nesaldinta erškėtrožių arbata  Citrusiniai vaisiai</p>	<p>Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (T)  <b>Grietinė</b>  Viso grūdo ruginė duona  <b>Viso grūdo ruginė duona</b>  Kiaulienos ir morkų troškiny su porais (T)  <b>Grietinė</b>  Bulvių košė su sviestu 82 proc. (T)  <b>Pienas, sviestas</b>  Švieži pomidorai (A)  Virti burokėliai su svogūnais  Vanduo</p>	<p>Virti varškėčiai (varškė 9 proc.) su grietine 30 proc.(T)  <b>Varškė, viso grūdo miltai, grietinė, kiaušiniai</b>  Nesaldinta melisų arbata  Kriaušės</p>
PENKTADIENIS	<p>Manų kruopų košė su sviestu 82 proc.  <b>Manų kruopos, pienas, sviestas</b>  Pienas 2,5 proc.  <b>Pienas</b>  Uogos (braškės, šilauogės)</p>	<p>Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis  <b>Grietinė</b>  Vištienos kukuliai su morkomis  <b>Kiaušiniai</b>  Orkaitėje keptos bulvės su apelsinų sultimis  Morkų ir obuolių salotos su nesaldintu jogurtu 2,5 proc.  <b>Nesaldintas jogurtas</b>  Vanduo</p>	<p>Lietiniai blynai su grietine 30 proc.  <b>Viso grūdo kvietiniai miltai, grietinė, pienas, kiaušiniai</b>  Kiti vaisiai  Nesaldinta liepžiedžių arbata</p>