

VALGIARAŠTIS

I savaitė

| | <i>Pusryčiai</i> | <i>Pietūs</i> | <i>Vakarienė</i> |
|-----------------------|---|---|---|
| <i>Pirmadienis</i> | Pieniška ryžių dribsnių košė (tausojantis) Uogienė Sumuštinis su sviestu ir fermentiniu sūriu Arbata (nesaldinta) | Vaisiai Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis) Viso grūdo ruginė duona Orkaitėje keptos vištienos lazdelės (tausojantis) Troškinti ryžiai su ciberžole (tausojantis, augalinis) Pjaustyta cukinija Pjaustytas agurkas (šviežias arba marinuotas) Salotos apšlakstytos alyvuogių aliejumi | Kepti varškėčiai (tausojantis) Grietinė Traputis paskanintas uogiene Arbata (nesaldinta) |
| <i>Antradienis</i> | Tiršta grikių kruopų košė (tausojantis) Pienas 2,5 % Smulkintų vaisių desertas su natūraliu jogurtu (bananai, braškės) | Vaisiai Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis Viso grūdo ruginė duona Virtų bulvių blynai su mėsa (tausojantis) Grietinės padažas Morkų lazdelės 30 / 30 | Omletas (tausojantis) Pjaustytas pomidoras Troškinti žiediniai kopūstai Duona Arbata (nesaldinta) |
| <i>Trečiadienis</i> | Pieniška penkių dribsnių kruopų košė (tausojantis) Pienas 2,5 % Vaisių salotos (bananai, obuoliai, kiviai, apelsinai) | Vaisiai Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis, tausojantis) Viso grūdo ruginė duona Troškintas veršienos kukulis (tausojantis) Virtos bulvės (tausojantis, augalinis) Pjaustytas marinuotas agurkas Pjaustytas pomidoras Pjaustytas agurkas Sūrio lazdelė „Miau“ | Virtinukai su varškės įdaru (tausojantis) Sviesto – grietinės padažas (tausojantis) Arbata (nesaldinta) |
| <i>Ketvirtadienis</i> | Tiršta manų kruopų košė (tausojantis) Trintos braškės Sumuštinis su tepamu sūreliu Arbata (nesaldinta) | Vaisiai Trinta moliūgų sriuba Viso grūdo ruginė duona Orkaitėje keptas spelta miltuose paniruotas vištienos maltinukas (tausojantis) Vitras perlinis kuskusas (augalinis, tausojantis) Morkų salotos su žiediniais kopūstais ir kepintomis saulėgrąžomis | Avižinių dribsnių blynai su obuoliais Trintos braškės Pienas 2,5 % |
| <i>Penktadienis</i> | Virti kiaušiniai (tausojantis) Majonezas Žali konservuoti žirneliai Sumuštinis su sviestu Traputis paskanintas uogiene Arbata (nesaldinta) | Vaisiai Pupelių sriuba su bulvėmis (augalinis, tausojantis) Menkės ir lašišos maltinukas (tausojantis) Bulvių košė su pienu (tausojanti) Šviežių daržovių salotos su pakepintomis saulėgrąžomis ir aliejumi Pjaustytas pomidoras Pjaustytas agurkas | Varškės ežiukai (tausojantis) Sviesto – grietinės padažas Arbata (nesaldinta) |

Alergenai:

- - glitimo turintys (kviečiai, rugiai, avižos, miežiai)
- - kiaušiniai ir jų produktai

- - pienas ir jo produktai
- - sezamo sėklos ir jų produktai
- - garstyčios ir jų produktai

- - žuvis ir jų produktai
- - salierai ir jų produktai

VALGIARAŠTIS

II savaitė

| | <i>Pusryčiai</i> | <i>Pietūs</i> | <i>Vakarienė</i> |
|-----------------------|--|--|--|
| <i>Pirmadienis</i> | Pieniška avižinių kruopų košė (tausojantis) Uogienė Pienas 2,5 % Sūrio lazdelė „Miau“ | Vaisiai Pomidorinė sriuba su bulvėmis ir cukinija Viso grūdo ruginė duona Vištienos guliašas (tausojantis) Bulvių – cukinijų košė Pjaustytas pomidoras Pjaustytas marinuotas agurkas | Varškės ir morkų apkepas (tausojantis) Grietinė Uogienė Arbata (nesaldinta) |
| <i>Antradienis</i> | Omletas su fermentiniu sūriu (tausojantis) Sumuštinis su sviestu Pomidorų padažas Pjaustytas agurkas Desertas su bananais, braškėmis ir natūraliu jogurtu Arbata (nesaldinta) | Vaisiai Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis) Kiaulienos kepsnys (tausojantis) Virti makaronai (tausojantis, augalinis) Pupelių, porų, obuolių salotos su jogurto padažu Pjaustyta cukinija | Virti varškėčiai (tausojantis) Sviesto – grietinės padažas Arbata (nesaldinta) |
| <i>Trečiadienis</i> | Pieniška sorų kruopų košė (tausojantis) Pienas 2,5 % Traputis paskanintas uogiene | Vaisiai Burokėlių sriuba su pupelėmis ir bulvėmis Viso grūdo ruginė duona Bulvių plokštainis su varške (tausojantis) Grietinė Morkų lazdelės Sūrio lazdelės „Miau“ | Lietiniai blynai su bananais Trintos braškės Arbata (nesaldinta) |
| <i>Ketvirtadienis</i> | Pieniška kvietinių dribsnių košė (tausojantis) Pienas 2,5 % Vanilinis traškutis | Vaisiai Žirnių sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis) Viso grūdo ruginė duona Kiaulienos maltinukas (tausojantis) Virti griekiai (tausojantis) Salotos apšlakstytos alyvuogių aliejum Pjaustytas pomidoras Pjaustytas marinuotas agurkas Vanduo | Virtų bulvių – varškės voleliai (tausojantis) Sviesto – grietinės padažas Natūralus jogurtas su bananais ir melionu Arbata (nesaldinta) |
| <i>Penktadienis</i> | Pieniška kukurūzų dribsnių košė (tausojantis) Pienas 2,5 % Sumuštinis su tepamu sūreliu | Vaisiai Špinatų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis) Viso grūdo ruginė duona Žuvies kepinukai (tausojantis) Biri perlinių kruopų košė (tausojantis, augalinis) Pjaustyta cukinija Burokėlių salotos su marinuotais agurkais ir pupelėmis | Virtos pieniškos dešrelės Perlinis kuskusas (tausojantis, augalinis) Pjaustytas pomidoras Pjaustytas agurkas Arbata (saldinta) |

Alergenai:
■ - glitimo turintys (kviečiai, rugiai, avižos, miežiai)
■ - sezamo sėklos ir jų produktai
■ - kiaušiniai ir jų produktai
■ - žuvis ir jų produktai
■ - pienas ir jo produktai
■ - garstyčios ir jų produktai
■ - salierai ir jų produktai

VALGIARAŠTIS

III savaitė

| | <i>Pusryčiai</i> | <i>Pietūs</i> | <i>Vakarienė</i> |
|-----------------------|--|--|--|
| <i>Pirmadienis</i> | Pieniška perlinių kruopų košė Sumuštinis su sviestu ir fermentiniu sūriu Arbata (nesaldinta) | Vaisiai Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis) Viso grūdo ruginė duona Kepti vištienos gabaliukai (tausojantis) Virti ryžiai (tausojantis) Pjaustytas pomidoras Pjaustytas agurkas | Varškės, morkų ir avižinių dribsnių blynėliai Trintos braškės Pienas 2,5 % |
| <i>Antradienis</i> | Įvairių kruopų košė (tausojantis) Pienas 2,5 % Vanilinis traškutis | Vaisiai Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis, augalinis) Viso grūdo ruginė duona Troškinta veršiena su padažu (tausojantis) Virtos bulvės (tausojantis, augalinis) Pupelių salotos su morkomis ir marinuotais agurkais Pjaustyta cukinija | Omletas su virtomis dešrelėmis (tausojantis) Viso grūdo ruginė duona Pjaustytas pomidoras Pjaustytas agurkas Arbata (nesaldinta) |
| <i>Trečiadienis</i> | Tiršta grikių kruopų košė (tausojantis) Kefyras 2,5 % | Vaisiai Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis) Varškės apkepas (tausojantis) Grietinė Uogienė Morkų lazdelės | Virtinukai su kiaulienos įdaru (tausojantis) Sviesto – grietinės padažas Arbata (nesaldinta) |
| <i>Ketvirtadienis</i> | Virti varškėčiai (tausojantis) Sviesto – grietinės padažas Arbata (nesaldinta) | Vaisiai Žirnių – perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis) Viso grūdo ruginė duona Virti makaronai su kiauliena (tausojantis) Pjaustyti marinuoti agurkai Pjaustyti pomidorai | Lietiniai blynai Smulkinti bananai ir braškės Pienas 2,5 % |
| <i>Penktadienis</i> | Tiršta ryžių kruopų košė su razinomis (tausojantis) Sumuštinis su sviestu ir fermentiniu sūriu Arbata (nesaldinta) | Vaisiai Daržovių sriuba (tausojantis, augalinis) Orkaitėje kepta lašiša (tausojantis) Bulvių košė (tausojantis) Salotos su pomidorais ir aliejumi Morkų lazdelės | Miltinukai 100 / 120 (tausojantis) Sviesto – grietinės padažas Traputis paskanintas uogiene Arbata (nesaldinta) |

Alergenai:

- - glitimo turintys (kviečiai, rugiai, avižos, miežiai)
- - pienas ir jo produktai
- - kiaušiniai ir jų produktai
- - sezamo sėklos ir jų produktai
- - žuvis ir jų produktai
- - garstyčios ir jų produktai
- - salierai ir jų produktai