

# VALGIARAŠTIS

1 savaitė

TVIRTINU

*[Signature]*  
 Direktore  
 Zina Pauliukonienė  
*[Signature]*


<p><b>PIRMADIENIS</b></p> <p><b>Pusryčiai:</b>                  Penkių javų kruopų košė su sviestu P G(tausojantis)                  Ruginė duona su fermentiniu sūriu P                  Arbata (be cukraus)                  Traškios morkytės                  Vanduo su apelsinu</p> <p><b>Pietūs:</b>                  Trinta lęšių sriuba (tausojantis) P G                  Viso grūdo ruginė duona G                  Jautienos troškiny (tausojantis) P G                  Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)                  Raugintų kopūstų salotos su aliejumi (augalinis) P                  Švž. agurkai</p> <p><b>Vakarienė:</b>                  Avižinių dribsnių blyneliai su obuoliais P G                  Uogienė                  Nesaldinta arbata, vaisius</p>	<p><b>ANTRADIENIS</b></p> <p><b>Pusryčiai:</b>                  Ryžių kruopų košė su sviestu (tausojantis) P G                  Pienas, duonos lazdelės P G                  Kepti obuoliai                  Vanduo su šaldytomis uogomis</p> <p><b>Pietūs:</b>                  Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (tausojantis) (augalinis)                  Viso grūdo ruginė duona G                  Kepta (jūros lydeka) žuvis su provanso žolelėmis(tausojantis) K G                  Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)                  Virtų burokėlių salotos su citrina, aliejumi (augalinis)                  Pomidorai</p> <p><b>Vakarienė:</b>                  Makaronai su troškintos mėsos ir grietinės padažu PG                  Agurkai                  Nesaldinta arbata, vaisius</p>
<p><b>TREČIADIENIS</b></p> <p><b>Pusryčiai:</b>                  Perlinių kruopų košė su sviestu (tausojantis) P                  Vaisių salotos                  Nesaldinta kakava su pienu P                  Vanduo su apelsinu</p> <p><b>Pietūs:</b>                  Rūgštynių sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)                  Viso grūdo ruginė duona G                  Troškinta kalakutiena(šiaunelių mėsa) su svogūnais ir morkomis (tausojantis) P                  Virtų grikių kruopos su pakepintais svogūnais (tausojantis) (augalinis)                  Agurkų, pomidorų, paprikų rinkinys su aliejumi</p> <p><b>Vakarienė:</b>                  Žemaičių blynai su jautiena G K                  Grietinės padažas P                  Arbata be cukraus, vaisius</p>	<p><b>KETVRTADIENIS</b></p> <p><b>Pusryčiai:</b>                  Virtas kiaušinis (tausojantis) K                  Žirnelių salotos su majonezu P                  Duona su sviestu ir virta dešra G P ,arbata                  Vaisiai                  Vanduo su agurkais ir mėta</p> <p><b>Pietūs:</b>                  Tiršta švž. kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)                  Viso grūdo ruginė duona G                  Keptas vištienos maltinis K G                  Bulvių košė(tausojantis) P                  Troškintos morkos (tausojantis)                  Švž. brokoliai, pomidorai</p> <p><b>Vakarienė:</b>                  Varškės spygliukai (tausojantis) K G                  Grietinė P                  Kakava su pienu ( be cukraus) P</p>
<p><b>PENKTADIENIS</b></p> <p><b>Pusryčiai:</b>                  Trijų dribsnių košė su sviestu (tausojantis) G P                  Duona su sviestu ir varškės sūriu K G                  Nesaldinta arbata P                  Kepti obuoliai</p> <p>Vanduo su apelsinu</p>	<p><b>Pietūs:</b>                  Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)                  Viso grūdo ruginė duona G                  Troškintas kiaulienos maltinis padaže (tausojantis)P K                  Troškinti ryžiai su ciberžole (tausojantis) (augalinis)                  Švž. agurkai, paprika</p> <p><b>Vakarienė:</b>                  Pieniška sriuba (tausojantis) G                  Duona su sviestu G, vaisius, kietasis sūris</p>

**ALERGENAI:**

Pieno produktai P, Kiaušiniai K, Žuvis Ž, Glitimo turintys produktai G

# VALGIARAŠTIS

2 savaitė


  
 Tvirtieji
   
 Direktore
   
 Zina Paulinikonienė
   
 2021-08-25
   
 NR. V-314

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS
<p><b>Pusryčiai:</b>            Viso grūdo makaronai su fermentiniu sūriu P G (tausojantis)            Nesaldinta arbata</p> <p><b>Pietūs:</b>            Trinta žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis) G            Viso grūdo ruginė duona G            Troškintas jautienos-kiaulienos maltinukas (tausojantis) K G            Bulvių košė (tausojantis) P            Ridikų salotos su morkomis ir grietine P            Švieži arba rauginti agurkai</p> <p><b>Vakarienė:</b>            Lietiniai su varške P G/, grietinės padažas            Nesaldinta arbata, traškios morkytės</p>	<p><b>Pusryčiai:</b>            Miežinių kruopų košė su sviestu (tausojantis) G P            Vaisius, sūrio lazdelės G P            Nesaldinta arbata</p> <p><b>Pietūs:</b>            Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis ir perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis) G            Viso grūdo ruginė duona G            Keptas orkaitėje žuvies paplotėlis (tausojantis) K            Bulvių košė (tausojantis) (augalinis) P            Virtų burokėlių salotos su citrina ir aliejumi (augalinis)            Konservuoti žirneliai, rauginti agurkai</p> <p><b>Vakarienė:</b>            Varškės apkepas (tausojantis) P K G su grietinės padažu P            Nesaldinta arbata, vaisius</p>
TREČIADIENIS	KETVRTADIENIS
<p><b>Pusryčiai:</b>            Trijų dribsnių kruopų košė su sviestu (tausojantis) P G            Kepti orkaitėje sumuštiniai su varške ir obuoliais P G            Žolelių arbata (nesaldinta)</p> <p><b>Pietūs:</b>            Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis) (patiekalo viduje yra salierų) G            Viso grūdo duona G            Kepta kiaulienos nugarinė (tausojantis) K G            Lopšeliui maltinis PG            Daržovių šiupinys P            (bulvės, morkos, žirneliai) (tausojantis) (augalinis)            Agurkas (šaltuoju sezonu metu raugintas)</p> <p><b>Vakarienė:</b>            Bulvių plokštainis P lopšeliui bulvių košė P            Grietinės padažas P, rūgpienis P, vaisius</p>	<p><b>Pusryčiai</b>            Tiršta grikių kruopų košė su sviestu (tausojantis) P            Arbata, vaisius            Kietasis sūris P</p> <p><b>Pietūs:</b>            Raugintų kopūstų sriuba su grietine (tausojantis) P            Viso grūdo ruginė duona G            Kiaulienos-ryžių plovos (tausojantis) G            Morkų salotos P            Agurkai, paprika įvairių spalvų</p> <p><b>Vakarienė:</b>            Orkaitėje kepti varškėčiai P K G            Natūralus jogurtas P            Nesaldinta arbata            Traškios morkytės</p>
PENKTADIENIS	Pietūs:
<p><b>Pusryčiai:</b>            Manų kruopų košė su sviestu (tausojantis) P G            Vaisius            Kakava su pienu P</p>	<p>Daržovių ir makaronų sriuba (tausojantis) (augalinis) G            Viso grūdo ruginė duona G            Virti kalakutienos- vištienos kukuliai (tausojantis) K            Grietinės-pomidorų padažas G            Virtos, orkaitėje apkeptos bulvės (tausojantis) (augalinis)            Troškinti žiediniai kopūstai (tausojantis) (augalinis) Agurkai, pomidorai</p> <p><b>Vakarienė:</b>            Sumuštiniai su sviestu, pieniška dešra ir sūriu G P            Arbata, vaisius</p>

## ALERGENAI:

**Pieno produktai P, Kiaušiniai K, Žuvis Ž, Glitimo turintys produktai G**

# VALGIARAŠTIS

3 savaitė

TVIRTINU  
 G. J. J. J.  
 Direktore  
 Ugdymo Plėtojimo skyriaus  
 2021-08-23 14:30

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS
<p><b>Pusryčiai:</b>                      Ryžių kruopų košė su uogiene (tausojantis) P G                      Batonas su sviestu G P                      Arbata (be cukraus)                      Traškos morkytės</p> <p><b>Pietūs:</b>                      Šv. Kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)                      Viso grūdo ruginė duona G                      Troškintas kiaulienos maltinis su morkomis (tausojantis) K G                      Virti griekiai su pakepintais svogūnais (tausojantis) (augalinis)                      Agurkų salotos su grietine P</p> <p><b>Vakarienė:</b>                      Omletas su sviestu (tausojantis) P K                      Pomidoras, duona                      Nesaldinta arbata, vaisius</p>	<p><b>Pusryčiai</b>                      Penkių javų kruopų košė su sviestu (tausojantis) P G                      Kakava su pienu P                      Vaisių asorti</p> <p><b>Pietūs:</b>                      Trinta porų sriuba (augalinis) P                      Viso grūdo ruginė duona G                      Kiaulienos guliašas G P                      Virtos bulvės (tausojantis)(augalinis)                      Šv. agurkas, pomidoras. Troškinti brokoliai</p> <p><b>Vakarienė</b>                      Virti skryliai (tausojantis)                      Natūralus jogurtas                      Nesaldinta arbata</p>
TREČIADIENIS	KETVRTADIENIS
<p><b>Pusryčiai:</b>                      Senelių kruopų košė su sviestu (tausojantis) G                      Penkių grūdų duona su sv.ir varškės sūriu P G                      Nesaldinta arbata                      Kepti obuoliai</p> <p><b>Pietūs:</b>                      Žirnių sriuba su grietine (tausojantis) G P                      Viso grūdo ruginė duona G                      Vištienos kukulis troškintas padaže(tausojantis) G P                      Virtos bulvės (tausojanti)(augalinis)                      Morkų-obuolių salotos su nesaldintu jogurtu P</p> <p><b>Vakarienė</b>                      Trinta varškė su braškėmis                      Duoniukai G                      Nesaldinta arbata                      Vaisius</p>	<p><b>Pusryčiai:</b>                      Manų kruopų košė su sviestu ir cinamonu (tausojantis) P G                      Nesaldinta arbata                      Vaisius, uogienė</p> <p><b>Pietūs:</b>                      Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)                      Viso grūdo ruginė duona G                      Kepti orkaitėje kalakutienos filė maltinukai ir cukinija (tausojantis) P K                      Bulvių košė (tausojantis) P                      Pekino kopūstų, morkų, porų salotos su aliejumi                      Švž. pomidorai</p> <p><b>Vakarienė:</b>                      Virtos pieniškos dešrelės (a.r.) (tausojantis)                      Pomidorų padažas                      Virti griekiai su pakepintais svogūnais ir morkomis (augalinis) (tausojantis) G                      Švieži agurkai arba rauginti, traškos morkytės</p>
PENKTADIENIS	
<p><b>Pusryčiai:</b>                      Kvietinių kr. košė su sviestu (tausojantis) P G                      Duona su sviestu ir virta dešra P G                      Nesaldinta arbata, traškos morkytės</p> <p><b>Pietūs:</b>                      Bulvių sriuba su mėsos kukulaičiais (tausojantis)                      Viso grūdo ruginė duona G                      Grietinėlėje troškinta vištienos krūtinėlė su morkomis (tausojantis) P                      Troškinti ryžiai su ciberžole (tausojantis) (augalinis)                      Agurkai, pomidorai</p> <p><b>Vakarienė:</b>                      Keptas naminis pyragas su obuoliais G,P                      Geriamas jogurtas, vaisių salotos</p>	<p><b>Alergenai:</b>                      Pieno produktai P                      Kiaušiniai K                      Žuvis Ž                      Glitimo turintys produktai G</p>