



1 SAVAITĖ		Pusryčiai		Pietūs		Pavakariai	
1 SAVAITĖ	PIRMADIENIS	Grikių kruopų košė su pienu (tausojantis)	200	Lęšių sriuba su morkomis, grietinė (tausojantis)(augalinis)	150/5	Konv. krosnyje keptas varškės apkepas su bananais ir cinamonu (tausojantis)	160
		Sviestas	5	Tamsi pilno grūdo duona	20	Trintos vyšnios (augalinis)(tausojantis)	20
		Sezoninis vaisius	100	Konv. krosnyje kepti vištienos gabaliukai kreminiame citrininiame padaže (tausojantis)	70/20	Natūralus jogurtas	20
		Nesaldinta žolelių arbata	200	Virti birūs nešlifuoti ryžiai (augalinis)(tausojantis)	90	Nesaldinta žolelių arbata	200
				Šviežių kopūstų, kukurūzų salotos su krapais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	90		
				Vanduo	200		
	ANTRADIENIS	Trijų grūdų dribsnių košė su pienu (tausojantis)(augalinis)	180	Tiršta agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis, grietinė (tausojantis)(augalinis)	150/5	Kepti lietiniai blynai trikampėliai	100
		Trintos braškės (augalinis)(tausojantis)	20	Tamsi pilno grūdo duona	20	Trinta vanilinė varškė (tausojantis)	40
		Sezoninis vaisius	100	Konv. krosnyje keptas kiaulienos kepsnys "netikras zuikis" (tausojantis)	90	Trintos vyšnios (augalinis)(tausojantis)	20
		Nesaldinta žolelių arbata	200	Virti birūs griekiai (augalinis)(tausojantis)	90	Nesaldinta žolelių arbata	200
				Šviežių morkų ir moliūgų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	90		
				Vanduo	200		
	TREČIADIENIS	Kvietinių kruopų košė su pienu (tausojantis)	180	Trinta brokolių sriuba (tausojantis)	150	Kepti bulvių piršteliai	120
		Naminis obuolių džemas (augalinis)(tausojantis)	20	Šviesios duonos skrebučiai (tausojantis)	10	Grietinė	25
		Sezoninis vaisius	100	Konv. krosnyje kepta lazanija su kalakutiena (tausojantis)	160	Kukurūzų traputis	10
		Nesaldinta žolelių arbata	200	Švieži pomidorai (augalinis)	45	Kefyras	150
				Marinuoti agurkai (augalinis)	45		
				Vanduo	200		
	KETVIRTADIENIS	Konv. krosnyje keptas omlėtas (tausojantis)	110	Daržovių sultinys su žaliaisiais žirneliais ir ryžiais, grietinė (tausojantis)(augalinis)	150/5	Virti kvietiniai makaronai (tausojantis)(augalinis)	120
		Sviestas	5	Tamsi pilno grūdo duona	20	Lęšių ir dražovių "bolognese" (tausojantis)(augalinis)	60
		Tamsi pilno grūdo duona	20	Konv. krosnyje kepti kiaulienos maltinukai (tausojantis)	90	Pik-Nik sūrio lazdelė	1 vnt. (20)
		Konservuoti kukurūzai (augalinis)	40	Virtų bulvių košė (tausojantis)	90	Nesaldinta žolelių arbata	200
		Sezoninis vaisius	100	Virtų burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	90		
		Nesaldinta žolelių arbata	200	Vanduo	200		
	PENKTADIENIS	Avižinių dribsnių košė su pienu (tausojantis)	200	Raugintų kopūstų sriuba, grietinė (tausojantis)(augalinis)	150/5	Kepti sklandžiai su obuoliais	120
		Sviestas	5	Tamsi pilno grūdo duona	20	Natūralus jogurtas	20
		Sezoninis vaisius	100	Konv. krosnyje kepti lydekos maltinukai su bulvėmis (tausojantis)	90	Trintos braškes (augalinis)(tausojantis)	20
		Nesaldinta žolelių arbata	200	Virti birūs griekiai (augalinis)(tausojantis)	90	Pienas	150
				Konservuoti kukurūzai (augalinis)	45		
				Švieži agurkas (augalinis)	45		
			Vanduo	200			



3 SAVAITĖ

3 SAVAITĖ

Pusryčiai			Pietūs		Pavakariai	
PIRMADIENIS	Grikių kruopų košė su kepintomis morkomis (augalinis)(tausojantis)	200	Raudonųjų pupelių sriuba su morkomis, grietinė (tausojantis)(augalinis)	150/5	Konv. krosnyje keptas varškės apkepas (tausojantis)	160
	Sviestas	5	Tamsi pilno grūdo duona	20	Trintos braškės (augalinis)(tausojantis)	20
	Sezoninis vaisius	100	Nešlifuoatų ryžių plovas su kalakutiena ir pomidorų padažu (tausojantis)	100/70	Natūralus jogurtas	20
	Nesaldinta žolelių arbata	200	Raudonųjų kopūstų ir baltųjų kopūstų salotos su spanguolėmis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	90	Nesaldinta žolelių arbata	200
			Vanduo	200		
ANTRADIENIS	Pilno grūdo avižinių dribsnių košė su pienu (tausojantis)	180	Daržovių sriuba, grietinė (tausojantis)(augalinis)	150/5	Konv. krosnyje keptas keksiukų formelėse omletas su kumpiu (tausojantis)	120
	Trinti serbentai (augalinis)(tausojantis)	20	Tamsi pilno grūdo duona	20	Pik-Nik sūrio lazdelė	1 vnt. (20)
	Sezoninis vaisius	100	Konv. krosnyje kepti vištienos šlaunų kepsneliai (tausojantis)	90	Paprikų lazdelės (augalinis)	30
	Nesaldinta žolelių arbata	200	Virtų bulvių ir moliūgų košė (tausojantis)	90	Nesaldinta žolelių arbata	200
			Šviežių morkų salotos su obuoliais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	90		
TREČIADIENIS	Kvietinių kruopų košė su pienu (tausojantis)	200	Burokėlių sriuba, grietinė (tausojantis)(augalinis)	150/5	Ryžių pudingas su pienu (tausojantis)	180
	Sviestas	5	Tamsi pilno grūdo duona	20	Cinamonas	1
	Sezoninis vaisius	100	Konv. krosnyje kepti jautienos-kiaulienos maltinukai (tausojantis)	90	Kukurūzų traputis	10
	Nesaldinta arbata	200	Virti birūs gričiai (augalinis)(tausojantis)	90	Nesaldinta žolelių arbata	200
			Pekino kopūstų, morkų ir agurkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	90		
KETVIRTADIENIS	Virti kiaušiniai (tausojantis)	1 vnt.	Trinta moliūgų sriuba (tausojantis)	150	Konv. krosnyje kepti vaniliniai varškėčiai (tausojantis)	120
	Sviestas	5	Šviesios duonos skrebučiai (tausojantis)	10	Sviesto ir grietinės padažas (tausojantis)	35
	Švieži pomidorai (augalinis)	40	Maltos kiaulienos troškiny su pupelėmis ir kukurūzais (tausojantis)	90	Nesaldinta žolelių arbata	200
	Tamsi pilno grūdo duona	20	Virti kvietiniai makaronai (augalinis)(tausojantis)	90		
	Sezoninis vaisius	100	Šviežių morkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	45		
PENKTADIENIS	Nesaldinta arbata	200	Konservuoti žirneliai (augalinis)	45		
			Vanduo	200		
	Miežinių kruopų košė su pienu (tausojantis)	180	Itališka daržovinė sriuba su makaronais „Minestrone“ , grietinė (tausojantis)(augalinis)	150/5	Kepti sklandžiai su bananais	120
	Trintos vyšnios	20	Tamsi pilno grūdo duona	20	Trintos braškės (augalinis)(tausojantis)	20
	Sezoninis vaisius	100	Konv. krosnyje kepti lydekos kepsneliai (tausojantis)	80	Natūralus jogurtas	20
	Nesaldinta arbata	200	Virtas birūs kuskusas (augalinis)(tausojantis)	90	Pienas	150
			Virtų burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	45		
			Marinuoti agurkai (augalinis)	45		
			Vanduo	200		