**1 SAVAITĖ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PIRMADIENIS** | **ANTRADIENIS** | **TREČIADIENIS** | **KETVIRTADIENIS** | **PENKTADIENIS** |
| **PUSRYČIAI-25%** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** |
| Jogurtas 1,5%. Pienas Dribsniai kukurūzų  Nesaldinta juoda arbata | Grikių košė su padažu (**tausojantis**)  Grūdų traputis su tepamu sūreliu Nesaldinta melisų arbata. | Avižinių dribsnių. košė  **(augalinis, tausojantis**)  Pilno grūdo duona su sviestu ir fermentiniu sūriu. Nesaldinta vaisinė arbata | Manų kr. košė  **(tausojantis**) su uogiene  Nesaldinta ramunėlių arbata | Miežinių kruopų košė  Nesaldinta juoda arbata  Sūrio lazdelės Pik-Nik |
| Vaisiai\* | Vaisiai\* | Vaisiai\* | Vaisiai\* | Vaisiai\* |
| **PIETŪS -35%** | **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** |
| Daržovių sriuba su makaronais **( tausojantis)** Troškinta mėsa su daržovėmis (**tausojantis)**  Biri perlinių kruopų košė( **augalinis, tausojantis**)  Spalvingos kopūstų sal. su aliejumi Agurkas  Pilno grūdo duona | Burokėlių sriuba su grietine **(augalinis, tausojantis**  Kiaulienos kepsnys (**tausojantis**)  Virtos bulvės (**augalinis, tausojantis)**  Morkų salotos su česnakui. Pomidoras  Pilno grūdo duona | Žirnių sriuba su daržovėmis **(augalinis, tausojantis).**  Jautienos troškinys su padažu **(tausojantis**) Virti makaronai (**tausojantis**)  Agurkas. Pomidoras  Pilno grūdo duona | Pupelių sriuba su daržovėmis (**augalinis, tausojantis)**  Žuvies maltinis (**tausojantis**)  Virtos bulvės. (**augalinis, tausojantis)**  Burokėlių sal. su moliūgų sėklomis ir aliejumi. Pomidoras  Pilno grūdo duona | Agurkų sriuba su daržovėmis (**augalinis, tausojantis**)  Kepta paukštienos šlaunelė (**tausojantis**)  Virti ryžiai su ciberžole. (**augalinis, tausojantis)**  Kopūstų sal. su agurkais, kukurūzais ir aliejumi Pomidoras. Pilno grūdo duona |
| **PAVAKARIAI-15%** | **PAVAKARIAI** | **PAVAKARIAI** | **PAVAKARIAI** | **PAVAKARIAI** |
| Nesaldinta čiobrelių arbata  Užkepti sumuštiniai su dešra ir sūriu | Nesaldinta vaisinė arbata.  Pica. | Nesaldinta arbata/ Jogurtas su vaisiais Bandelė su džemu. | Pienas. 2.5%. Sviestinis kruasanas. | Bandelė „Lazdelė“  Nesaldinta juoda arbata |
| **VAKARIENĖ—25%** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** |
| Nesaldinta ramunėlių arbata  Varškės apkepas **(tausojantis)**  Grietinė 30% | Nesaldinta juoda arbata  Daržovių troškinys su dešrelėmis. Pilno grūdo duona. | Kefyras 2.5%  Virtų bulvių ir varškės blyneliai. (**tausojantis**) Grietine 30% | Nesaldinta melisų arbata. Miltinukai.(**tausojantis**) Sviesto-grietinės padažas. |  |

**2 SAVAITĖ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PIRMADIENIS** | **ANTRADIENIS** | **TREČIADIENIS** | **KETVIRTADIENIS** | **PENKTADIENIS** |
| **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** |
| Jogurtas 1,5%. Pienas Dribsniai kukurūzų  Nesaldinta juoda arbata | Grikių kr. košė . **(tausojantis)**  Pilno grūdo balta duona su tepamu sūreliu.  Kakava su pienu. | Kvietinių kr. košė (**augalinis**, **tausojantis**)  Sūrio lazdelės Pik-Nik  Nesaldinta melisų arbata. | Penkių javų košė su trintomis uogomis (**augalinis, tausojantis**)  Pilno grūdo duona su sviestu ir fermentiniu sūriu  Nesaldinta čiobrelių arbata | Avižinių dribsnių košė **(augalinis**, **tausojantis**) su uogiene Smulkinti bananai su trintomis šaldytomis braškėmis  Nesaldinta juoda arbata |
| Vaisiai\* | Vaisiai\* | Vaisiai\* | Vaisiai\* | Vaisiai\* |
| **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** |
| Špinatų sriuba su daržovėmis. (**augalinis,** **tausojantis**)  Apkepti natūralus kotletai su sūriu (**tausojantis)**  Bulvių košė su pienu (**tausojantis**) Kopūstų, morkų, obuolių salotos su jogurtu. Pomidoras  Pilno grūdo duona | Burokėlių sriuba su grietine **(tausojantis**)  Troškinta kalakutiena su pupelėmis/ lęšiai **(tausojantis)** Virtos bulvės (**augalinis, tausojantis**)  Pomidoras  Agurkas  Pilno grūdo duona | Pupelių sriuba su daržovėmis (**augalinis, tausojantis)**  Paukštienos kepinukai. Virti ryžiai su sviestu.  Pomidoras, agurkas.  Pilno grūdo duona | Agurkų sriuba su daržovėmis**. (augalinis, tausojantis)**  Tarkuotų bulvių plokštainis su kiauliena. Sviesto-grietinės padažas Pomidoras. Agurkas  Pilno grūdo duona | Daržovių sriuba **(augalinis)** Troškinta jautiena su daržovėmis **(tausojantis)**  Virti makaronai (**tausojantis)**  Burokėlių sal. su raugintais kop. ir aliejumi. Pomidoras  Pilno grūdo duona |
| **PAVAKARIAI** | **PAVAKARIAI** | **PAVAKARIAI** | **PAVAKARIAI** | **PAVAKARIAI** |
| Jogurtas su uogomis/arbata  Marmurinis keksiukas | Nesaldinta melisų arbata  Pilno grūdo sausainiai su sėklomis. | Nesaldinta vaisinė arbata  Bandelė su obuoliais | Nesaldinta ramunėlių arbata  Granola su jogurtu. | Pienas. 2.5%. /Arbata Sviestinis kruasanas |
| **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** |
| Nesaldinta ramunėlių arbata  Kepti varškėčiai **(tausojantis**) . Grietinė 30%.Trintos šaldytos uogos. | Cepelinai virtų bulvių su mėsa. Sviesto-grietinės padažas Nesaldinta čiobrelių arbata | Virti varškėčiai **(tausojantis**) . Grietinė 30%. Nesaldinta čiobrelių arbata | Omletas su dešrelėmis **(tausojantis**) Pomidoras, Pilno grūdo duona su sviestu. Nesaldinta ramunėlių arbata |  |

**3 SAVAITĖ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PIRMADIENIS** | **ANTRADIENIS** | **TREČIADIENIS** | **KETVIRTADIENIS** | **PENKTADIENIS** |
| **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** |
| Jogurtas 1,5%. Pienas Dribsniai kukurūzų  Nesaldinta juoda arbata | Miežinių kr. košė (**tausojantis)**  Smulkinti bananai su trintomis šaldytomis braškėmis.  Nesaldinta juoda arbata | Avižinių dribs. košė su trintomis uogomis (**tausojantis**)  Pilno grūdo balta duona su tepamu sūreliu.  Nesaldinta ramunėlių arbata | Ryžių dribsnių košė **(tausojantis**) su  trintais konservuotais vaisiais.  Nesaldinta melisų arbata | Penkių grūdų košė (**tausojantis**) su uogienė ar trinti konservuoti vaisiai Nesaldinta čiobrelių arbata. |
| Vaisiai\* | Vaisiai\* | Vaisiai\* | Vaisiai\* | Vaisiai\* |
| **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** |
| Žirnių sriuba su daržovėmis **(augalinis, tausojantis)**  Virti paukštienos kukuliai  **(tausojantis)**  Biri grikių košė (**augalinis,** **tausojantis**)  Kopūstų salotos su pomidorais ir aliejumi. Agurkas  Pilno grūdo duona | Perlinių kr. sriuba su daržovėmis (**augalinis, tausojantis)**  Kiauliena su troškintais kopūstais **(tausojantis)**  Virtos bulvės (**augalinis,** **tausojantis**). Pomidorų ir agurkų salotos. Pilno grūdo duona | Šv. kopūstų sriuba su daržovėmis **(augalinis,** **tausojantis)**  Kiaulienos-jautienos maltinis **(tausojantis)**  Biri ryžių kruopų košė (**augalinis, tausojantis**)  Burokėlių sal. su ž.žirn., marin.agurkais ir aliejumi. Pomidoras  Pilno grūdo duona | Agurkų sriuba su daržovėmis **(augalinis, tausojantis)**  Tarkuotų bulvių cepelinai su mėsa/varške. Pomidoras. Agurkas.  Pilno grūdo duona | Burokėlių sriuba su kopūstais ir grietine (**tausojantis**)  Ryžių troškinys su kiauliena ir daržovėmis **(tausojantis)**  Kopūstų sal. su agurkais ir aliejumi. Pomidoras  Pilno grūdo duona |
| **PAVAKARIAI** | **PAVAKARIAI** | **PAVAKARIAI** | **PAVAKARIAI** | **PAVAKARIAI** |
| Nesaldinta čiobrelių arbata. Sviestinis kruasanas | Nesaldinta ramunėlių arbata  Pyragas | Nesaldinta arbata/ Pienas 2.5%. Bandelė su varške. | Granola su varškės kremu.  Nesaldinta melisų arbata | Jogurtas su uogomis/arbata  Pilno grūdo sausainiai su sėklomis |
| **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** |
| Lietiniai su mėsa **(tausojantis**) Grietinė 30%.  Nesaldinta ramunėlių arbata | Virtinukai su varške **(tausojantis**) . Grietinė 30%. Nesaldinta vaisinė arbata | Virtų bulvių voleliai (**tausojantis**) Sviesto-grietinės padažas. Kefyras 2.5%/Arbata | Makaronai su sūriu (**tausojantis)** Natūralus pomidorų padažas  Nesaldinta ramunėlių arbata |  |

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**