



NEMOKAMO MAITINIMO VALGIARAŠTIS, PIETŪS (6-10 METŲ MOKINIAMS)

1 SAVAITĖ	2 SAVAITĖ	3 SAVAITĖ
<p>PIRMADIENIS</p> <p>Perlinių kruopų sriuba su grietine (30%) Viso grūdo ruginė duona Vištienos ir grikų troškinys su morkomis ir pomidorais Burokelių ir obuolių salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi Sezoninės daržovės. Sezoniniai vaisiai Grietininė bandelė Pienas</p>	<p>PIRMADIENIS</p> <p>Šviežių kopūstų sriuba su grietine (30%) Viso grūdo ruginė duona Kakaluienos guliašas Bulvių košė Orkaitėje keptų burokelių salotos su špinatais ir šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi Sezoninės daržovės. Sezoniniai vaisiai Grietininė bandelė Stalo vanduo, paskanintas vaisiais</p>	<p>PIRMADIENIS</p> <p>Špinatų sriuba su perlinėmis kruopomis ir grietine (30%) Viso grūdo ruginė duona Vištienos file maltinis Svogūnų ir grietinėlės padažas Virti ryžai su kariu Šviežių kopūstų salotos su agurkais, žalumynais ir šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi Sezoninės daržovės. Sezoniniai vaisiai Stalo vanduo, paskanintas vaisiais</p>
<p>ANTRADIENIS</p> <p>Daržovių sriuba su grietine (30%) Pilno grūdo ruginė duona Virtų bulvių cepelinai su kiauliena Grietinė (30%) Sezoninės daržovės. Sezoniniai vaisiai Kefyras (2,5%)</p>	<p>ANTRADIENIS</p> <p>Žiedinių kopūstų sriuba su grietine (30%) Viso grūdo ruginė duona Orkaitėje kepti menkių file maltinukai Virtos perlinės kruopos Šviežių agurkų salotos su krapais Sezoniniai vaisiai. Stalo vanduo, paskanintas vaisiais</p>	<p>ANTRADIENIS</p> <p>Barščių sriuba su pupelėmis ir grietine (30%) Žemaicių blynai su kiauliena Grietinė (30%) Šviežių daržovių salotos su alyvuogių aliejumi Sezoninės daržovės. Sezoniniai vaisiai Kefyras (2,5%)</p>
<p>TREČIADIENIS</p> <p>Daržovių sriuba su makaronais su grietine (30%) Kiauliuenos maltinis Bulvių košė Kopūstu-morkų salotos su alyvuogių aliejumi Sezoninės daržovės. Sezoniniai vaisiai Sūrio lazdėlė Stalo vanduo, paskanintas vaisiais</p>	<p>TREČIADIENIS</p> <p>Trinta moliūgų sriuba su grietine (30%) Viso grūdo ruginė duona Varškės apkepas Grietinė (30%) Vaisių salotos Sezoniniai vaisiai. Sūrio lazdėlė Stalo vanduo, paskanintas vaisiais</p>	<p>TREČIADIENIS</p> <p>Trinta morkų sriuba Viso grūdo ruginė duona Jūrimiu lydeku filē kotletai Sviestas (82%) Virtos miežinės kruopos Daržovių salotos su paprika ir alyvuogių aliejumi Sezoninės daržovės. Sezoniniai vaisiai Grietinės bandelė. Pienas</p>

KETVIRTADIENIS Lėšių sriuba su grietine (30%) Viso grido ruginė duona Jūros lydkę file kotelėtai Svogūnų ir grietinelės padažas Virtos grikių kruopos Morkos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi Sezoninės daržovės. Sezoniniai vaisiai Kefyro, bananų ir braškių kokteilis	KETVIRTADIENIS Barščių sriuba su grietine (30%) Orkaitėje kepti kiaulienos - jautienos kukuliai Pomidorų p. ir grietinės padažas Virti ryžiai Pekino kopūsto, agurku, paprikų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi Sezoninės daržovės. Sezoniniai vaisiai Jogurtas Jums Stalo vanduo, paskanintas vaisiais	KETVIRTADIENIS Pupelių sriuba su grietine (30%) Orkaitėje kepta paukštienos šlaunelių mėsa Virtos perlinės kruopos Žiedinių kopūstų ir pomidorų salotos su šalto spaudimo nerafinuotu alyvuogių aliejumi Sezoninės daržovės. Sezoniniai vaisiai Jogurtas Jums Stalo vanduo, paskanintas vaisiais
PENKTADIENIS Barščių sriuba su grietine (30%) Plovas su vištiena Pekino kopūsto salotos su pomidorais, morkų šiaudeliais, paprikomis, melynuoju svogūnu, alyvuogių aliejumi. Sezoninės daržovės. Grietinė bandelė. Pienas	PENKTADIENIS Žirnių sriuba su morkomis, svogūnais ir grietine (30%) Bulvių plokštainis su vištiena Grietinė (30%) Sezoniniai vaisiai Bananų duonelė. Pienas	PENKTADIENIS Perlinių kruopų sriuba su pomidorais ir grietine (30%) Viso grudo ruginė duona Kiaulienos maltinis su ryžiais. Padažas Bulvių košė. Raugintų kopūstų salotos Sezoninės daržovės. Sezoniniai vaisiai Stalo vanduo, paskanintas vaisiais