

Valgiaraštis – pirma savaitė 11 ir vyresnių metų amžiaus vaikai

SAVAITĖS DIENA	PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
PIETŪS	Miežinių kruopų sriuba su daržovėmis (tausojantis) 150 G, P	Burokėlių sriuba (tausojantis), grietinė 30 proc., viso grūdo ruginė duona 150/20/20 P, G	Marinuotų agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) 150 viso grūdo ruginė duona 20 Grietinė 30 proc. 20 G, P	Pupelių sriuba su bulvėmis (tausojantis) 150, Grietinė 30 proc. 20 viso grūdo ruginė duona 20 G, P	Lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis) 150, viso grūdo ruginė duona 20 G
	Orkaitėje keptas maltas vištienos šlaunelių kepsnys(tausojantis)150 Kuskusas (tausojantis) 150 Kopūstų,obuolių ir porų salotos (augalinis) 50 Paprikų, pomidorų, agurkų lėkštelė (augalinis) 25/25/50 G, K, P	Kiaulienos kukuliai su rausvuuju padažu (tausojantis) 150 Bulvių košė su krapais (tausojantis) 100 Sezoninių daržovių rinkinys(ne mažiau 2 rūšys)(augalinis) 120 Morkų salotos su česnakais(augalinis) 50 G, P, K	Avižinis varškės apkepas su slyvomis (tausojantis) 200, Braškių ir bananų tyrė (augalinis) 60, Nesaldintas jogurtas 3,8 proc. 20 P, G Sezoninių daržovių rinkinys(2 rūšys) 70	Kreminė vištiena su morkomis ir žirneliais (tausojantis) 200, Virtos bulvės (tausojantis) 100, Švž.kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyv. aliejumi (augalinis) 75 pjaustyti pomidorai (augalinis) 50 G, P	Riebios žuvies (jūros lydekos ir lašišos) maltinukai su sūrio ir žirnelių padažu (tausojantis) 120(80/40), Biri ryžių košė (tausojantis) 100, burokėlių salotos su žaliaisiais žirneliais (augalinis) 100 Pjaustyti švž. agurkai 50 Ž, K, G,
	Sezoniniai vaisiai 70 Nesaldinta arbata/ vanduo 200	Sezoniniai vaisiai 70, Nesaldinta arbata / vanduo150	Vanduo /Nesaldinta arbata 150	Sezoniniai vaisiai 70, Nesaldinta arbata (vanduo) 150	Sezoniniai vaisiai 70, Nesaaldinta arbata/ vanduo 150

Alergenų žymėjimas : G -glitimo turintys javai, K-kiaušiniai ir jų produktai, Ž-žuvys, P-pienas ir jo produktai , R-riešutai, Sez.-sezamo sėklos ir jų produktai

Valgiaraštis – antra savaitė 11 ir vyresnių metų amžiaus vaikai

SAVAITĖS DIENA	PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
PIETŪS	Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis) 150 (augalinis) 150 Grietinė 30 proc. 20 Spelta duonelė 20 G, P	Raugintų kopūstų sriuba su buvėmis (tausojantis) 150 Grietinė 30 proc. 20 Viso grūdo ruginė duona 20 G, P	Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) 150 Grietinė 30 proc. 20 Spelta duonelė 20 P, G	Burokėlių ir pomidorų sriuba (tausojantis) 150, (augalinis) 150, Viso grūdo ruginė duona 20 Grietinė 30 proc. 20 G, P	Rūgštynių sriuba (tausojantis) 150, Viso grūdo ruginė duona 20 Grietinė 30 proc. 20 G, K P
	Orkaitėje keptas kalakutienos file maltinukas (tausojantis) 80 Virti makaronai (tausojantis) 100 Kopūstų morkų ir paprikų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) 110 Pjaustyti agurkai 50 K, P	Garuose virti vištienos filė kukuliai su bulvių koše ir morkų bei žirmelių padažu (tausojantis) 260(96/104/60), Pjaustyti agurkai 50 Salotos su pekininiu kopūstu, pomidorais ir majonezu 34 proc. (augalinis)100 P, K	Kepti varškėčiai 9 proc be cukraus ir be glitimo 250 Braškių ir bananų tyrė su cukrumi (augalinis) 60 Nesaldintas jogurtas 3,8 proc. 20 P, G, K	Troškinta kiauliena su morkomis ir svogūnais (tausojantis) 160 Birūs ryžiai su ciberžole (augalinis) (tausojantis) 100 Salotos su pekininiu kopūstu ir pomidorais (augalinis) 100 Marinuotas agurkas 50 G	Orkaitėje kepta traški žuvis (liesa žuvis) (lydeka) (tausojantis) 120 Perlinių kruopų rizotas (tausojantis) 100 Paprikų ,morkų ir agurkų lėkštelė (augalinis) 100 Kopūstų salotos su burokėliais ir šalto spaudimo aliejaus užpilu (augalinis) 60 Ž, G, K
	Sezoniniai vaisiai 70, Vanduo /nesaldinta arbata 150	Sezoniniai vaisiai 70, Vanduo/ nesaldinta arbata 150	Sezoniniai vaisiai 70, Vanduo /nesaldinta arbata 150	Sezoniniai vaisiai 70, Vanduo /nesaldinta arbata 150	Sezoniniai vaisiai 70, Vanduo /nesaldinta arbata 150

Alergenų žymėjimas : G -glitimo turintys javai, K-kiaušiniai ir jų produktai, Ž-žuvis, P-pienas ir jo produktai , R-riešutai, Sez.-sezamo sėklos ir jų produktai

Valgiaraštis - trečia savaitė 11 ir vyresnių metų amžiaus vaikai

SAVAITĖS DIENA	PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
PIETŪS	Marinuotų agurkų su perlinėmis kruopomis sriuba (tausojantis) 150 viso grūdo ruginė duona 20, Grietinė 30 proc. 10 G,P	Šviežių kopūstų ir žirnelių sriuba (augalinis) (tausojantis) 150 Viso grūdo ruginė duona 20 Grietinė 30 proc. 20 G	Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) 150 Viso grūdo ruginė duona 20 G,P	Pieniška makaronų sriuba su kalafijorais (tausojantis) 150, viso grūdo ruginė duona 20 P, G	Ukrainietiški barščiai(su raug. kopūstais)(tausojantis) 150 Grietinė 30 proc. 20, Viso grūdo ruginė duona 20 P, G
	Orkaitėje keptas maltas vištienos šlaunelių kepsnys (tausojantis) 150 Biri grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis) 100 Sezonių daržovių rinkinys (ne mažiau 2 rūšys) 120 Kopūstų , obuolių ir porų salotos (augalinis) 50 G	Švediški jautienos kukuliai (tausojantis) 120 Pieno 2,5 proc.ir sviesto 82 proc.padažas 20 K, P Bulvių košė su krapais (tausojantis) 100, P Kopūstų ,morkų ir paprikų salotos su alyv.aliejumi (augalinis) 110 Morkų salotos su česnaku(augalinis) 50	Bulvių plokštainis su paukštiena (tausojantis) 200, Grietinė 30 proc 30, K, P Pjaustytas agurkas (augalinis) 50 Morkų lazdelės (augalinis) 50	Ryžių plovos su kiauliena (tausojantis) 200, Marinuotas agurkas (augalinis) 50 Raugintų kopūstų salotos su morkomis ir alyvuog.aliejumi (augalinis) 100 G	Šilkiniai menės kukuliai su sūrio padažu (tausojantis) 120(100/20) Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis) (augalinis) 100/15, Morkų salotos su česnakais ir alyv. aliejumi (augalinis) 70 Kopūstų salotos su burokėliais ir šalto spaudimo aliejaus užpilu (augalinis) 60 Ž, K, P, G,
	Sezoniai vaisiai 70, Vanduo / nesaldinta arbata 150	Sezoniai vaisiai 70, vanduo/nesaldinta arbata 200	Sezoniai vaisiai 70, Vanduo ,nesald.arbata 150	Sezoniai vaisiai 70, nesaldinta arbata /vanduo 150	Sezoniai vaisiai 70, Vanduo /nesald.arbata 150

Alergenų žymėjimas : G -glitimo turintys javai, K-kiaušiniai ir jų produktai, Ž-žuvis, P-pienas ir jo produktai , R-riešutai, Sez.-sezamo sėklos ir jų produktai

