**1 SAVAITĖ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pusryčiai**  **8:25-8:45 val.** | | **Išeiga g** | **Pietūs**  **11:55-12:15 val.** | **Išeiga**  **g** | **Vakarienė**  **15:25-15:45 val.** | **Išeiga**  **g** |
| **Pirmadienis** | Kvietinių kruopų košė  Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu  Arbatžolių arbata nesald. | 200  30/6/15  200 | Žirnių ir perlinių kruopų sriuba  Ruginė duona  Kiaulienos maltinukas  Virtos bulvės  Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi  Stalo vanduo  Vaisiai | 150  30  80  80  80  200  100 | Kepti varškėčiai  Trintų uogų padažas su bananais  Arbatžolių arbata nesald. | 140  35  200 |
| **Antradienis** | Kukurūzų kruopų košė su sviestu  Cukrus su cinamonu  Duoniukai/ trapučiai  Varškės užtepėlė  Arbatžolių arbata nesald. | 200/8  4  10  15  200 | Bulvių sriuba su miežinėmis kr.  Ruginė duona  Plovas su vištiena  Daržovės  Stalo vanduo  Vaisiai | 150  30  140/50  100  200  80 | Virti makaronai  Sviesto ir grietinės padažas  Arbatžolių arbata nesald. | 120  20  200 |
| **Trečiadienis** | Penkių javų dribsnių košė su sviestu  Duoniukai/ trapučiai  Lydytas sūris  Arbatžolių arbata su citrina nesald. | 200/8  15  20  200 | Barščiai su bulvėmis  Ruginė duona  Jautienos befstrogenas  Virtos bulvės  Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi  Stalo vanduo  Vaisiai | 150  30  70/30  80  80  200  100 | Sklindžiai  Jogurto ir uogienės padažas  Arbatžolių arbata nesald. | 150  30  200 |
| **Ketvirtadienis** | Virtas kiaušinis  Ž. žirneliai/ kukurūzai (konserv.)  Šviesi duona su sviestu  Kakava su pienu (sald.) | 60  50  20/4  150 | Daržovių sult. su makaronais ir bulvėmis  Ruginė duona  Troškinta kalakutiena  Virtos ankštinės daržovės  Daržovės  Stalo vanduo  Vaisiai | 150  30  60/40  80  70  200  100 | Bulvių košė su brokoliais  Kiaulienos ir grietinės padažas  Kefyras | 200  45  150 |
| **Pentadienis** | Grikių kruopų košė su nerafinuotu aliejumi  Duoniukai/ trapučiai  Morkų užtepėlė  Arbatžolių arbata nesald. | 200/7  15  25  200 | Pupelių sriuba su vištienos gab. ir bulvėmis  Ruginė duona  Žuvies kukulis  Bulvių košė su morkomis  Burokėlių salotos/ daržovės  Stalo vanduo  Vaisiai | 130/20  30  90  80  50/50  200  80 | Varškės ir ryžių apkepas  Trintų uogų padažas su bananais  Arbatžolių arbata nesald. | 150  35  200 |

**2 SAVAITĖ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pusryčiai**  **8:25-8:45 val.** | | **Išeiga g** | **Pietūs**  **11:55-12:15 val.** | **Išeiga**  **g** | **Vakarienė**  **15:25-15:45 val.** | **Išeiga**  **g** |
| **Pirmadienis** | Ryžių kruopų košė su sviestu  Trintų uogų padažas  Duoniukai/ trapučiai  Varškės užtepėlė  Arbatžolių arbata nesald. | 200/8  30  15  20  200 | Daržovių sriuba  Ruginė duona  Kiaulienos kukulis  Virtos grikių kr.  Daržovės  Stalo vanduo  Vaisiai | 150  30  80  80  100  200  80 | Keptos bulvės  Daržovės  Kefyras | 120  50  120 |
| **Antradienis** | Avižinių dr. košė su sviestu  Sausučiai  Kakava su pienu (sald.) | 200/8  15  200 | Kopūstų sriuba su bulvėmis  Ruginė duona  Vištienos kepinukas  Troškinti ryžiai  Daržovių salotos su jogurtu  Stalo vanduo  Vaisiai | 150  30  80  80  80  200  80 | Virti varškėčiai  Jogurto padažas  Arbatžolių arbata nesald. | 150  30  200 |
| **Trečiadienis** | Omletas  Šviesi duona su sviestu  Ž. žirneliai/ kukurūzai (konserv.)  Arbatžolių arbata nesald. | 100  20/4  30  200 | Barščiai su pupelėmis  Ruginė duona  Jautienos ir kiaulienos maltinukas  Bulvių košė  Daržovės  Stalo vanduo  Vaisiai | 150  30  80  80  50  200  100 | Virti makaronai  Troškintas kiaulienos ir grietinės padažas  Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi  Arbatžolių arbata nesald. | 125  75  60  200 |
| **Ketvirtadienis** | Manų kruopų košė  Cukrus su cinamonu  Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu  Arbatžolių arbata nesald | 200  4  25/5/10  200 | Žirnių sriuba  Ruginė duona  Troškintas kalakutienos kepsnelis  Virtos avižinės kruopos  Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi  Stalo vanduo  Vaisiai | 150  30  80  80  80  200  100 | Varškės pudingas  Trintų uogų padažas su bananais  Arbatžolių arbata nesald. | 150  35  200 |
| **Pentadienis** | Kvietinių kruopų košė su sviestu  Šviesi duona  Pupelių užtepėlė  Arbatžolių arbata nesald. | 200/8  30  20  200 | Ryžių kr. sriuba su vištienos gabaliukais  Ruginė duona  Kepta žuvis (riebi)  Virtos bulvės  Burokėlių salotos su ž. žirneliais  Stalo vanduo  Vaisiai | 130/20  30  75  80  70  200  80 | Pieniška makaronų sriuba  Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu | 200  35/7/20 |

**3 SAVAITĖ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pusryčiai**  **8:25-8:45 val.** | | **Išeiga g** | **Pietūs**  **11:55-12:15 val.** | **Išeiga**  **g** | **Vakarienė**  **15:25-15:45 val.** | **Išeiga**  **g** |
| **Pirmadienis** | Grikių kruopų košė su nerafinuotu aliejumi  Duoniukai/ trapučiai  Varškės užtepėlė  Kakava su pienu (sald.) | 200/6  15  20  150 | Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis  Ruginė duona  Kiaulienos mažylių balandėliai  Bulvių košė  Daržovės  Stalo vanduo  Vaisiai | 150  30  100  80  100  200  100 | Trinta cukinijų/ moliūgų sriuba su grietinėle  Šviesi duona su sviestu ir fermentinių sūriu | 200/8  30/6/16 |
| **Antradienis** | Makaronai su varške ir sviestu  Arbatžolių arbata su citrina nesald. | 150/50/5  200 | Lęšiu sriuba  Ruginė duona  Troškinta vištiena  Virtos bulvės  Daržovių salotos su nerafinuotų aliejumi  Daržovės  Stalo vanduo  Vaisiai | 150  30  60/60  80  50  30  200  80 | Sklindžiai su obuoliais  Jogurto ir uogienės padažas  Arbatžolių arbata | 120  35  200 |
| **Trečiadienis** | Kukurūzų kruopų košė su sviestu  Cukrus su cinamonu  Natūralus jogurtas  Trintas uogų padažas  Arbatžolių arbata nesald. | 200/8  4  120  35  200 | Špinatų sriuba su bulvėmis  Ruginė duona  Virti jautienos kukuliai  Virtos bulvės  Troškinti kopūstai  Daržovės  Stalo vanduo  Vaisiai | 150  30  80  80  75  50  200  100 | Varškės spygliukai  Grietinės ir sviesto padažas  Arbatžolių arbata nesald. | 150  30  200 |
| **Ketvirtadienis** | Kiaušinių košė  Šviesi duona su sviestu  Ž. žirneliai/ kukurūzai (konserv.)  Arbatžolių arbata nesald. | 100  30/6  30  200 | Barščiai su bulvėmis  Ruginė duona  Kalakutienos maltinukas  Virtos aikštinės daržovės  Daržovių salotos su jogurtu  Stalo vanduo  Vaisiai | 150  30  80  80  80  200  100 | Plovas su kiauliena  Daržovės  Arbatžolių arbata nesald. | 150/50  70  200 |
| **Pentadienis** | Ryžių kruopų košė su sviestu  Sausučiai  Arbatžolių arbata nesald. | 200/8  30  200 | Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis  Ruginė duona  Žuvies maltinukas  Žirnių ir bulvių košė  Burokėlių salotos  Daržovės  Stalo vanduo  Vaisiai | 150  30  80  80  50  50  200  100 | Virti makaronai  Troškintas kalakutienos padažas  Arbatžolių arbata nesald. | 125/50  50  200 |