

Lopšelio

I savaitės meniu

Pirmadienis	Antradienis
Pusryčiai	Pusryčiai
Virti kiaušiniai 50,0 gr	Sausi pusryčiai su pienu 35,0 – 120,0 gr
Majonezas, žalieji žirneliai 7,5-40,0 gr.	Bananai 10,0 gr.
Viso grūdo ruginė duona 20,0 gr.	
Nesaldinta arbatžolių arbata 100,0 gr.	
Sezoninių vaisių lėkštelė 80,0 gr.	
Pietūs	Pietūs
Perlinių kruopų sriuba (tausojoj., augalin.) 100,0 gr	Lęšių sriuba (tausojantis, augalinis) 100,0 gr.
Viso grūdo ruginė duona 20,0 gr.	Viso grūdo ruginė duona 20,0 gr.
Orkaitėje kepti kiaulienos-jautienos kukuliai (tausojantys) 60,0 gr.	Vištienos maltinis (tausojantis) 60,0 gr.
Pilno grūdo makaronai (tausojoj., augalin.) 60,0 gr.	Natūralus jogurtas 2,5% 20,0 gr.
Kopūstų-morkų salotos 30,0gr.	Biri grikių košė (tausojantis) 40,0 gr.
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, kalafijoras, augalinis) 15,0-15,0 gr.	Agurkų, pomidorų, kopūstų salotos su aliej 40,0 gr.
Stalo vanduo paskanintas kriaušėmis 100,0 gr.	Šviežių daržovių rinkinukas (paprikos, brokoliai, augalinis) 10,0-10,0 gr.
	Stalo vanduo paskanintos vynuogės 100,0 gr.
Vakarienė	
Lietiniai blynai 100,0 gr.	Vakarienė
Šaldytos braškės 7,0 gr.	Skryliai (tausojantis) 120,0 gr.
Pienas 2,5 % 100,0 gr.	Grietinės padažas 30% 20,0 gr.
	Kviečių trapučiai 10,0 gr.
	Arbatžolių arbata su citrina 100,0 gr.
Trečiadienis	Ketvirtadienis
Pusryčiai	Pusryčiai
Pieniška kukurūzų košė su sviestu (tausojoj.) 150,0 gr	Pieniška avižinių dribsnių košė (tausojoj.) 150,0 gr.
Nesaldinta vaisinė arbata 100,0 gr.	Su šaldytom braškėmis ir avietėmis 10,0-15,0 gr.
Sezoninių vaisių lėkštelė 80,0 gr.	Nesaldinta kmynų arbata 100,0 gr.
	Sezoninių vaisių lėkštelė 80,0 gr.
Pietūs	Pietūs
Šv. Kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis) 100,0 gr.	Žirnių sriuba (tausojantis, augalinis) 100,0 gr.
Viso grūdo ruginė duona 20,0 gr.	Viso grūdo ruginė duona 20,0 gr.
Virtų bulvių cepelinai su kiau. (tausojoj.)100-50 gr.	Lydekos filė maltinis (tausojanti) 60,0 gr.
Natūralus jogurtas 3,5% 25,0 gr.	Grietinės-pomidorų padažas 15,0 gr.
Morkų lazdelės 50,0 gr.	Bulvių košė (tausojantis) 80,0 gr.
Agurkai marinuoti 20,0 gr.	Burokėlių salotos su obuoliais 40,0 gr.
Pomidorai 20,0 gr.	Šviežių daržovių rink. (cukinija, kalafioras) 20,0-20,0 gr.
Stalo vanduo paskanintas obuoliais 100,0 gr.	Stalo vanduo gardintas apelsinais 100,0 gr.
	Vakarienė
Varškės apkepas (tausojantis) 150,0 gr.	Daržovių troškiny su vištiena (tausojoj.) 120,0 -60,0
Natūralus jogurtas 2,5% 15,0 gr.	Kefyras 2,5% 150,0 gr.
Pienas 2,5% 100,0 gr.	
Penktadienis	
Pusryčiai	
Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu (tausojantis) 150,0	
Pilno grūdo rug. duonos sumuštinis su varškės užtepėle (tausojantis) 20,0 -15,0 gr.	
Arbatžolių arbata su citrina 100,0 gr,	
Sezoninių vaisių lėkštelė 80,0 gr.	
Pietūs	
Barščių sriuba 100,0 gr.	
Viso grūdo ruginė duona 20,0 gr.	
Keptas it troškintas vištienos kukulis 60,0 g.	
Biri ryžių kruopų košė (tausojantis) 50,0 gr.	
Grietinės padažas 15,0 gr.	
Pomidorai 30,0 g.	
Šviežių daržovių rinkin. (agurkai, paprikos) 20,0-20,0 gr.	
Obuolių sulčių-kmynų gėrimas 150,0 gr.	
Vakarienė	
Omletas (tausojantis) 80,0 gr.	
Duona su sviestu 20,0-5,0 gr.	
Agurkai 30,0 gr.	
Pienas 2,5% 100,0 gr.	



