DARŽELIS I savaitės meniu

Pirmadienis	Antradienis
Pusryčiai	**Pusryčiai**
Spelta miltų makaronai su ferment. sūriu, rieb. 45% ir sviestu, rieb. 82% (taus) 150 g (1,7)*	Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu, rieb. 82% (taus) 200g (1, 7)
Nesaldinta arbata 150 g	PikNik sūrio dešrelė, rieb. 20% 20 g (7)
Sezoniniai vaisiai (augal) 100 g	Nesaldinta arbata 150 g
Pietūs	Sezoniniai vaisiai (augal) 100 g
Perlinių kruopų sriuba (taus., augal) 150 g (1)	**Pietūs**
Pilno grūdo ruginė duona 20 g (1)	Lęšių sriuba (taus, augal) 150 g
Troškintas kiaulienos maltinukas (taus) 75 g (1, 3)	Pilno grūdo ruginė duona 20 g (1)
Natūralus jogurtas, rieb. 2,5% 20 g (1, 7)	Keptas vištienos maltinukas (taus) 75 g (1, 3)
Bulvių košė (taus) 100 g (7)	Natūralus jogurtas, rieb. 2,5% 30 g (7)
Kopūstų-morkų salotos (augal) 45 g	Biri ryžių košė (taus)50g (7)
Sezon. daržovės (2 rūšys) (augal) 15/15 g	Sezoninės daržovės (3 rūšys) (augal) 60 g
Stalo vanduo paskanintas vaisiais arba uogomis 150 g	Stalo vanduo paskanintas vaisiais arba uogomis 150/7,5
Vakarienė	**Vakarienė**
Kvietinių miltų lietiniai blynai be įdaro 120 g (1, 3, 7)	Makaronai su troškintos kiaulienos ir pomid. pad. (taus) 125/75 g (1)
Šaldytos uogos (augal) 30 g	Traputis 10 g (1)
Nesaldinta arbata 150 g (7)	Nesaldinta arbata 150 g
Trečiadienis	**Ketvirtadienis**
Pusryčiai	**Pusryčiai**
Tiršta avižinių dribsnių košė su sviestu, rieb. 82% (taus) 200g (1, 7)	Nesald. sausų pusryčių dribsniai su pienu, rieb. 2,5% 45/160 g (1, 7)
Šaldytos uogos (augal) 25 g	Bananai 140 g
Nesaldinta arbata 150 g	**Pietūs**
Sezoniniai vaisiai (augal) 100 g	Trinta žiedinių kopūstų sriuba (taus., augal) 150 g
Pietūs	Batono skrebutis 20 g (1)
Šviežių kopūstų sriuba (taus, auga) 150 g	Jūros lydekos maltinis (taus) 75 g (1, 3, 4, 7)
Pilno grūdo ruginė duona 20 g (1)	Rausvas padažas 20 g (1, 7)
Virtų bulvių cepelinai su kiauliena (taus) 100/50 g (3)	Biri grikių košė (taus) 50 g (7)
Natūralus jogurtas, rieb. 2,5%, 20g (7)	Burokėlių salotos su žirneliais (augal) 50 g
Marinuoti agurkai (augal) 30 g	Švieži agurkai (augal) 30 g
Sezon. daržovės (2 rūšys) (augal) 15/15 g	Stalo vanduo paskanintas vaisiais arba uogomis 150/7,5
Obuolių sulčių-kmynų gėrimas 200 g	**Vakarienė**
Vakarienė	Kvietinių miltų sklindžiai su obuoliais 100 g (1, 3, 7)
Varškės, rieb. 9% apkepas (taus) 150 g (1, 3, 7)	Natūralus jogurtas, rieb. 2,5% 30 g (7)
Šaldytos uogos (augal) 20 g	Nesaldinta arbata 150 g
Nesaldinta arbata 150 g	
Penktadienis	
Pusryčiai	
Kvietinių kruopų košė su sviestu, rieb.82% (taus) 200 g (1, 7)	
Traputis 10 g (1)	
Uogienė 15 g	
Nesaldinta arbata su citrina 150 g	
Sezoniniai vaisiai (augal) 100 g	
Pietūs	
Bulvių sriuba su kiaulienos kukuliais (taus)150 g (3)	
Pilno grūdo ruginė duona 20 g (1)	
Plovas su vištienos file (taus) 180 g	
Sezon. daržovės (3 rūšys) (augal) 60 g	
Stalo vanduo paskanintas vaisiais arba uogomis 150	
Vakarienė	
Pieniška perlinių kruopų sriuba (taus) 150 g (1, 7)	
Duonos sumuštinis su sviestu, rieb. 82% ir virta kiaulienos dešra 30/7,5/30 (1, 7)	
Švieži agurkai (augal) 30 g	
Nesaldinta arbata 150 g	
(x, x, x) - alergenai	