|  |  |
| --- | --- |
| **PIRMADIENIS** | **ANTRADIENIS** |
| **Pusryčiai**  Ryžių košė su razinomis ir sviestu.  Trintas šaldytų uogų padažas.  Šviesi duona.  Saldi varškės užtepėlė.  Nesaldinta arbatžolių arbata.  **Pietūs**  Perlinių kruopų sriuba su daržovėmis, grietine bei rugine duona.  Kiaulienos guliašas su virtomis bulvėmis.  Pekino kopūstų, agurkų salotos su nerafinuotu aliejumi.  Pagardintas stalo vanduo.  **Vakarienė**  Bulvių, morkų, žirnių troškinys.  Sausučiai.  Kefyras. | **Pusryčiai**  Tiršta avižinių dribsnių košė su sviestu.  Sausainiai.  Nesaldinta arbatžolių arbata su citrina.  **Pietūs**  Kopūstų sriuba su bulvėmis ir rugine duona.  Keptas vištienos maltinukas.  Troškinti ryžiai su ciberžolėmis.  Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su nerafinuotu aliejumi.  Pagardintas stalo vanduo  **Vakarienė**  Virti varškėčiai su saldžiu jogurto padažu.  Nesaldinta arbatžolių arbata. |
| **TREČIADIENIS** | **KETVIRTADIENIS** |
| **Pusryčiai**  Manų kruopų košė su cinamonu ir cukrumi.  Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu.  Nesaldinta arbatžolių arbata.  **Pietūs**  Ryžių-pomidorų sriuba su rugine duona.  Kalakutienos pjausnys.  Virti lęšiai.  Pomidorai ir agurkai.  Pagardintas stalo vanduo  **Vakarienė**  Varškės pudingas.  Trintas šaldytų uogų padažas.  Nesaldinta arbatžolių arbata. | **Pusryčiai**  Kvietinių kruopų košė su sviestu.  Pupelių užtepėlė su šviesia duona.  Nesaldinta arbatžolių arbata.  **Pietūs**  Barščiai su pupelėmis ir rugine duona.  Virti jautienos kukuliukai su bulvių koše.  Kopūstų salotos su morkomis ir nerafinuotu aliejumi.  Vanduo su citrina.  **Vakarienė**  Lietiniai su obuoliais bei grietine.  Nesaldinta arbatžolių arbata. |
| **PENKTADIENIS** |  |
| **Pusryčiai**  Tiršta perlinių kruopų košė.  Keptų daržovių padažas.  Duoniukai/trapučiai.  Varškės užtepėlė.  Nesaldinta arbatžolių arbata.  **Pietūs**  Žirnių sriuba su grietine bei rugine duona.  Žuvies filė kepsnelis.  Jogurto padažas su agurkais.  Bulvių košė su morkomis.  Burokėlių salotos su konservuotais žaliaisiais žirneliais.  Pagardintas stalo vanduo.  **Vakarienė**  Makaronai su troškintos mėsos ir pomidorų padažu.  Nesaldinta arbatžolių arbata su pienu. | Vaisiai, vaisių glotnučiai ar vaisių salotos ugdytiniams yra patiekiami atskiru maitinimu - kasdien 10.00val |