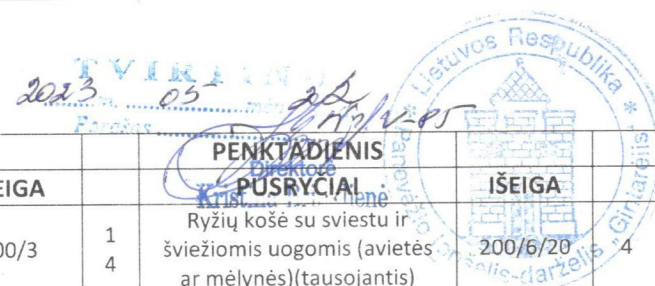


EINAMOSIOS SAVAITĖS VALGIARAŠTIS DARŽELIS

1 - SAVAITĖ



PIRMADIENIS		ANTRADIENIS		TREČIADIENIS		KETVIRTADIENIS		PENKTADIENIS						
PUSRYČIAI	IŠEIGA	PUSRYČIAI	IŠEIGA	PUSRYČIAI	IŠEIGA	PUSRYČIAI	IŠEIGA	PUSRYČIAI	IŠEIGA					
Kvietinių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	150/6	1 4	Grikių košė su sviestu (tausojantis)	150/6	4	Omletas su sūriu(tausojantis)	135/10	1 2 4	Manų košė su cinamonu ir sviestu	200/3	1 4	Ryžių košė su sviestu ir šviežiomis uogomis (avietės ar mėlynės)(tausojantis)	200/6/20	4
Arbata	150		Batonas su sviestu ir 3 rūšių sėklomis	30/5/9	1 4	Balta duona su sviestu	20/6	1 4	Pik-nik lazdelė	20	4	Sausainiai	20	1
Traputis	10	1	Arbata	200		Konservuoti žirneliai/kukurūzai	15/15		Kmynų arbata	150		Kmynų arbata	150	
Jogurtas	125	4				Kakava	150	4						
<b>PIETŪS</b>		<b>PIETŪS</b>		<b>PIETŪS</b>		<b>PIETŪS</b>		<b>PIETŪS</b>						
Sultys	200		Vaisiai	150		Vaisiai	150		Vaisiai	150		Vaisiai	150	
Trinta daržovių sriuba (augalinis ,tausojantis)	150	1 4	Pomidorinė sriuba(augalinis/tausojantis)	100		Burokėlių sriuba (tausojantis, augalinis)	150		Kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	150		Pupelių sriuba (tausojantis, augalinis)	100	1
Juoda duona	20	1	Juoda duona	20	1									
Makaronai su malta mėsa (tausojantis)	130/45	1	Vištienos kotletas (tausojantis)	80	1 2	Juoda duona	20	1	Juoda duona	20	1	Juoda duona	20	1
Švieži agurkai (rauginti)	30		Bulvių-morkų žied. Kop. košė	115	4	Karališki balandėliai (tausojantis)	90	2	Vištienos kepsnelis (tausojantis)	78	1, 2	Garuose kepta lašiša (tausojantis)	90	3
Paprika	30		Kopūstų – agurkų salotos su aliejumi	55		Bulvės	80		Pekino kopūstų-morkų salotos su aliejumi	52		Burokėliai su aliejumi	72	
						Švieži pomidorai	30							
Vanduo	150		Paprika	20		Švieži agurkai(rauginti)	30		Ryžiai su morkomis	105		Bulvės	80	
			Vanduo	150		Pomidorinis padažas	21	1 4	Švieži agurkai	20		Agurkai švieži (rauginti)	20	
						Vanduo	150		Vanduo	150		Vanduo	150	
<b>VAKARIENĖ</b>		<b>VAKARIENĖ</b>		<b>VAKARIENĖ</b>		<b>VAKARIENĖ</b>		<b>VAKARIENĖ</b>						
Burokėlių-žirnelių-obuolių salotos	80	4	Virti makaronai su sviestu ir špinatais	140	1 4	Blynai su obuoliais	120	1 2 4	Garuose kepti varškėtukai	155	2, 4	Varškės ežiukai	160	1,4
Virtos bulvės	80		Daržovių troškiny	95	4	Šaldytų uogų tyrė	30		Grietinė 30%	20	4	Grietinė 30%	18	4
Mėsos kukulis	60	2				Arbata	150		Šviežios uogos (avietės ar mėlynės)	20		Morkų lazdelės	40	
Kakava	150	4	Vaisių kokteilis	100		Vaisiai	100							
Vaisiai	150					Sausainiai	20	1	Juoda arbata su citrina	150		Arbata	200	

**Alergenai:**  
 1- Glitimą turintys javai (kviečiai, rugiai, miežiai, avižos)  
 2- Kiaušiniai ir jų produktai

3-Žuvis ir jų produktai  
 4- Pienas ir jo produktai