

**VALGIARAŠTIS 2023 m. kovo 20 - 24 d. / ikimokyklinio amžiaus vaikams**

Dienos	Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis
Pusryčiai	Pieniška penkių rūšių kruopų košė su sviestu (1,7) Arbatžolių arbata Kriaušės	Virtas kiaušinis (3) Viso grūdo ruginė duona su sviestu (1,7) Sausainiai Arbatžolių arbata Bananai	Pieniška manų kruopų košė su sviestu (1,7) Uogienė Arbatžolių arbata Melionai	Varškės apkepas (1,3,7) Uogienė Arbatžolių arbata Obuoliai	Miežinių kruopų košė su sviestu (1,7) Vaisinė arbata Kiviai
Pietūs	Stalo vanduo Šviežių kopūstų sriuba Viso grūdo ruginė duona (1) Kepti vištienos maltinukai (1,3) Virtos grikių kruopos Gūžinės salotos su agurkais	Stalo vanduo Lęšių sriuba Viso grūdo ruginė duona (1) Žemaičių blynai su kiauliena (1,3) Sviesto - grietinės padažas (7) Morkų lazdelės	Stalo vanduo Daržovių sriuba Viso grūdo ruginė duona (1) Troškinti kiaulienos kepsniukai (1,7) Biri perlinių kruopų košė (1) Ridikėliai, pomidorai	Stalo vanduo Žaliųjų žirnelių sriuba Viso grūdo ruginė duona (1) Žuvies maltiniai (1,3,4) Biri ryžių košė su sviestu (7) Burokėlių salotos su žirneliais ir agurkais	Stalo vanduo Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (1) Viso grūdo ruginė duona (1) Karališki balandėliai Bulvių košė (3) Agurkai, paprikos
Pavakariai	Virti varškėčiai (1,3) Sviesto - grietinės padažas Vaisinė arbata	Pilno grūdo makaronai su fermentiniu sūriu (1,3,7) Vaisinė arbata	Spelta miltų – varškės blynėliai (1,3,7) Grietinės padažas (7) Vaisinė arbata	Pieniška kvietinių kruopų sriuba (1,7) Kvietinės duonos sumuštinis su fermentiniu sūriu (1,7)	Daržovių troškinytis ir virtos dešrelės Arbatžolių arbata su citrina

Skliausteliuose pažymėti patiekale esantys **alergenai!**

**VALGIARAŠTIS 2023 m. kovo 20 - 24 d. / priešmokyklinio amžiaus vaikams**

Dienos	Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis
Pusryčiai	Pieniška penkių rūšių kruopų košė su sviestu (1,7) Arbatžolių arbata Kriaušės	Virtas kiaušinis (3) Viso grūdo ruginė duona su sviestu (1,7) Sausainiai Arbatžolių arbata Bananai	Pieniška manų kruopų košė su sviestu (1,7) Uogienė Arbatžolių arbata Melionai	Varškės apkepas (1,3,7) Uogienė Arbatžolių arbata Obuoliai	Miežinių kruopų košė su sviestu (1,7) Vaisinė arbata Kiviai
Pietūs	Stalo vanduo Šviežių kopūstų sriuba Viso grūdo ruginė duona (1) Kepti vištienos maltinukai (1,3) Virtos grikių kruopos Gūžinės salotos su agurkais	Stalo vanduo Lęšių sriuba Viso grūdo ruginė duona (1) Žemaičių blynai su kiaušiena (1,3) Sviesto - grietinės padažas (7) Morkų lazdelės  Jogurtas su skoniu	Stalo vanduo Daržovių sriuba Viso grūdo ruginė duona (1) Troškinti kiaušienos kepsniukai (1,7) Biri perlinių kruopų košė (1) Ridikėliai, pomidorai	Stalo vanduo Žaliųjų žirnelių sriuba Viso grūdo ruginė duona (1) Kepta jūrinės lydekos filė (4) Biri ryžių košė su sviestu (7) Burokėlių salotos su žirneliais ir agurkais	Stalo vanduo Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (1) Viso grūdo ruginė duona (1) Karališki balandėliai Bulvių košė (3) Agurkai, paprikos
Pavakariai	Virti varškėčiai (1,3) Sviesto - grietinės padažas Vaisinė arbata	Pilno grūdo makaronai su fermentiniu sūriu (1,3,7) Vaisinė arbata	Spelta miltų – varškės blynėliai (1,3,7) Grietinės padažas (7) Vaisinė arbata	Pieniška kvietinių kruopų sriuba (1,7) Kvietinės duonos sumuštinis su fermentiniu sūriu (1,7)	Daržovių troškinytis ir virtos dešrelės Arbatžolių arbata su citrina

Skliausteliuose pažymėti patiekale esantys **alergenai!**

**VALGIARAŠTIS 2023 m. kovo 20 - 24 d. / pradinio ugdymo mokiniams, darbuotojams**

Dienos	Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis
Pietūs	<p>Stalo vanduo Šviežių kopūstų sriuba Viso grūdo ruginė duona (1) Kepti vištienos maltinukai (1,3) Virtos grikių kruopos Gūžinės salotos su agurkais</p> <p>Kriaušės</p>	<p>Stalo vanduo Lęšių sriuba Viso grūdo ruginė duona (1) Žemaičių blynai su kiauliena (1,3) Sviesto - grietinės padažas (7) Morkų lazdelės</p>	<p>Stalo vanduo Daržovių sriuba Viso grūdo ruginė duona (1) Varškės apkepas (1,3,7) Saldus bananų – grietinės padažas (7)</p> <p>Bananai</p>	<p>Stalo vanduo Žaliųjų žirnelių sriuba Viso grūdo ruginė duona (1) Kepta jūrinės lydekos filė (4) Biri ryžių košė su sviestu (7) Burokėlių salotos su žirneliais ir agurkais</p> <p>Obuoliai</p>	<p>Stalo vanduo Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (1) Viso grūdo ruginė duona (1) Karališki balandėliai Bulvių košė (3) Agurkai, paprikos</p>
Pavakariai	<p>Virti varškėčiai (1,3) Sviesto - grietinės padažas Vaisinė arbata</p>	<p>Pilno grūdo makaronai su fermentiniu sūriu (1,3,7) Vaisinė arbata</p>	<p>Spelta miltų – varškės blynėliai (1,3,7) Grietinės padažas (7) Vaisinė arbata</p>	<p>Pieniška kvietinių kruopų sriuba (1,7) Kvietinės duonos sumuštinis su fermentiniu sūriu (1,7)</p>	<p>Daržovių troškinytis ir virtos dešrelės Arbatžolių arbata su citrina</p>

Skliausteliuose pažymėti patiekale esantys **alergenai!**

**VALGIARAŠTIS 2023 m. kovo 20 - 24 d. / pritaikytas maitinimas (1 variantas)**

Dienos	Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis
Pusryčiai	Perlinio kuskuso kruopų košė su sviestu (7) Arbatžolių arbata Kriaušės	Virtas kiaušinis (3) Viso grūdo ruginė duona su sviestu (1,7) Sausainiai Arbatžolių arbata Bananai	Pieniška manų kruopų košė su sviestu (1,7) Uogienė Arbatžolių arbata Melionai	Varškės apkepas (1,3,7) Uogienė Arbatžolių arbata Obuoliai	Miežinių kruopų košė su sviestu (1,7) Vaisinė arbata Kiviai
Pietūs	Stalo vanduo Šviežių kopūstų sriuba Viso grūdo ruginė duona (1) Kepti vištienos maltinukai (1,3) Virtos grikių kruopos Gūžinės salotos su agurkais	Stalo vanduo Lęšių sriuba Viso grūdo ruginė duona (1) Žemaičių blynai su kiaušiena (1,3) Sviesto - grietinės padažas (7) Morkų lazdelės	Stalo vanduo Daržovių sriuba Viso grūdo ruginė duona (1) Troškinti kiaušienos kepsniukai (1,7) Biri perlinių kruopų košė (1) Kalafiorai, pomidorai	Stalo vanduo Žaliųjų žirnelių sriuba Viso grūdo ruginė duona (1) Žuvies maltiniai (1,3,4) (L,D) Biri ryžių košė su sviestu (7) Burokėlių salotos su žirneliais ir agurkais	Stalo vanduo Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (1) Viso grūdo ruginė duona (1) Karališki balandėliai Bulvių košė (3) Agurkai, paprikos
Pavakariai	Virti varškėčiai (1,3) Sviesto - grietinės padažas Vaisinė arbata	Pilno grūdo makaronai su fermentiniu sūriu (1,3,7) Vaisinė arbata	Spelta miltų – varškės blynėliai (1,3,7) Grietinės padažas (7) Vaisinė arbata	Pieniška kvietinių kruopų sriuba (1,7) Kvietinės duonos sumuštinis su fermentiniu sūriu (1,7)	Daržovių troškinytis ir virtos dešrelės Arbatžolių arbata su citrina

Skliausteliuose pažymėti patiekale esantys **alergenai!**

**VALGIARAŠTIS 2023 m. kovo 20 - 24 d. / pritaikytas maitinimas (3 variantas)**

Dienos	Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis
Pusryčiai	Penkių rūšių kruopų košė (1) Arbatžolių arbata Kriaušės	Virtas kiaušinis (3) Viso grūdo ruginė duona (1) Sausainiai Arbatžolių arbata Bananai	Manų kruopų košė (1) Uogienė Arbatžolių arbata Melionai	Virtos grikių kruopos Arbatžolių arbata Obuoliai	Miežinių kruopų košė (1) Vaisinė arbata Kiviai
Pietūs	Stalo vanduo Šviežių kopūstų sriuba Viso grūdo ruginė duona (1) Kepti vištienos maltinukai (1,3) Virtos grikių kruopos Gūžinės salotos su agurkais	Stalo vanduo Lęšių sriuba Viso grūdo ruginė duona (1) Žemaičių blynai su kiauliena (1,3) Morkų lazdelės	Stalo vanduo Daržovių sriuba Viso grūdo ruginė duona (1) Troškinti kiaulienos kepsniukai (1) Biri perlinių kruopų košė (1) Ridikėliai, pomidorai	Stalo vanduo Žaliųjų žirnelių sriuba Viso grūdo ruginė duona (1) Žuvies maltiniai (1,3,4) Biri ryžių košė Burokėlių salotos su žirneliais ir agurkais	Stalo vanduo Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (1) Viso grūdo ruginė duona (1) Karališki balandėliai Virtos bulvės Agurkai, paprikos
Pavakariai	Skryliai (1,3) Uogienė Vaisinė arbata	Pilno grūdo makaronai (1,3) Vaisinė arbata	„Kaimiški“ blynai (1,3) Uogienė Arbatžolių arbata	Kvietinių kruopų košė (1) Arbatžolių arbata	Daržovių troškinytis ir virtos dešrelės Arbatžolių arbata su citrina

Skliausteliuose pažymėti patiekale esantys **alergenai!**