

EINAMOSIOS SAVAITĖS VALGIARAŠTIS DARŽELIUS

3 - SAVAITĖ

ANTRADIENIS PUSRYČIAI	ANTRADIENIS PUSRYČIAI	IŠEIGA	TREČIADIENIS PUSRYČIAI	IŠEIGA	KETVIRTADIENIS PUSRYČIAI	IŠEIGA	PENKTADIENIS PUSRYČIAI	IŠEIGA
1. 200/6 4 košė su sviestu	Grikių kruopų košė su sviestu	200/7	4 Virtas kiaušinis	55	2 Ryžių košė su sviestu	200/5	4 Mielinių kruopų košė su sviestu	150/7
15 Uogienė	Pik-nik lazdelės	20	4 Balta duona su sviestu ir šviežiu pomidoru	30/6/32	1 Uogienė	15	1 Balta duona su sviestu ir kiaušiniu	25/5 / 20
30 1. Pienas 2,5%		150	4 Juoda arbata	150	1 Traputis	15	1 Arbata	200
200 2. Piena arbata			Vaisiai	100	Arbata	200		
			Traputis	20				
			<b>PIETŪS</b>					
150 Vaisiai	Vaisiai	150	<b>PIETŪS</b>	150	Vaisiai	150	Vaisiai	150
150 1. Sriuba su makaronais (tausojantis, augalinis)	Sriuba su makaronais (tausojantis, augalinis)	150	1 Agurkinė sriuba (tausojantis, augalinis)	150	1 Žiedinių kopūstų-cukinijų sriuba (tausojantis, augalinis)	150	1 Žirnių-perlinių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis)	150
190 Juoda duona	Juoda duona	20	Juoda duona	20	1 Juoda duona	20	1 Juoda duona	20
55 2. Užkeptas kotletas	Užkeptas kotletas	80	2 Maltinukas	82	1 Kiaulienos ir morkų troškiny	100	4 Žuvies paplotėlis	80
200 3. Švieži pomidorai	Švieži pomidorai	30	Grikiai	85	Grikiai	90	Bulvių-morkų košė	100
	Žirneliai	40	Pekino kopūstų-morkų salotos su aliejumi	52	Švieži agurkai (rauginti)	30	Burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi	72
	Bulvių košė su špinatais	100	4 Vanduo su citrina	200	Švieži pomidorai	30	Vanduo	150
	Vanduo	150			Vanduo	150		
	<b>VAKARIENĖ</b>		<b>VAKARIENĖ</b>		<b>VAKARIENĖ</b>		<b>VAKARIENĖ</b>	
160 4. Omletas	Omletas	135/10	4 Žiedinių kopūstų-ryžių troškiny su grietinėle 10%	180	1 Lietiniai su varškės 9% įdaru	160	2 Trinta varškė	130
20 4. Konservuoti agurkai	Konservuoti agurkai	40	4 Dešrelė a/r	60	Šaldytų uogų tyrė	30	Šaldytų uogų tyrė	25
10 1. duona	duona	20	4 Arbata	150	Pik-nik lazdelė	20	Sausainiai	20
150 2. Arbata	Arbata	200	1 Arbata	150	Arbata	150	Vaisiai	150
							Arbata	200

1- Glitimą turintys javai (kviečiai, rugiai, miežiai, avižos)

2- Kiaušiniai ir jų produktai

3- Žuvis ir jų produktai

4- Pienas ir jo produktai