VILNIAUS LOPŠELIS-DARŽELIS „PELĖDA“

3 SAVAITĖS VALGIARAŠTIS

PIRMADIENIS 07.13			ANTRADIENIS 07.14			TREČIADIENIS 07.15			KETVIRTADIENIS 07.16			PENKTADIENIS 07.17		
Patiekalas	**Kiekis (gr.)**		**Patiekalas**	**Kiekis (gr.)**		**Patiekalas**	**Kiekis (gr.)**		**Patiekalas**	**Kiekis (gr.)**		**Patiekalas**	**Kiekis (gr.)**	
	Lopšelis	Darželis		Lopšelis	Darželis		Lopšelis	Darželis		Lopšelis	Darželis		Lopšelis	Darželis
PUSRYČIAI			**PUSRYČIAI**			**PUSRYČIAI**			**PUSRYČIAI**			**PUSRYČIAI**		
Avižinių dribsnių košė su sviestu	150/5	200/5	Miežinių kruopų košė su sviestu	150/5	180/6	Grikių kruopų košė	130	150	Pien.miežinių kruopų košė, trintos uogos	150/3/19	180/4/23	Kuskuso kruopų košė, trintos uogos	130/20	150/20
			Juoda duona su sviestu ir agurku	20/3/10	20/3/10	Duona su lydyto sūrio užtepu	20/20	25/25	Arbata b/c	100	150	Traputis arba kukur.lazdelės	10	10
Arbata b/c, ryžių traputis(kukur.lazd)	100/10	150/10	Arbata	100	150	Arbata b/c	100	150	Sezoniniai vaisiai	110	110	Arbata b/c	100	150
Sezoniniai vaisiai	130	130	Sezoniniai vaisiai	100	100	Sezoniniai vaisiai	120	150				Sezoniniai vaisiai	150	150
PIETŪS			**PIETŪS**			**PIETŪS**			**PIETŪS**			**PIETŪS**		
Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba, duona	100/20	150/20	Agurkinė sriuba, duona	100/20	150/20	Barščių sriuba su pupelėmis, duona	100/20	150/20	Šv. kopūstų sriuba, duona	100/20	150/20	Žirnių sriuba , duona	100/20	150/20
Kiaulienos ir jautienos kukulis	60	70	Kiaul. kukulis	60		Orkaitėje kepta kalakut. šlaunel.mėsa	70	80	Orkaitėje kepti žuvies kotletai	65	85	Troškintas vištienos maltinukas	60	80
Avinžirnių troškinys	100	100	Kiaul. guliašas		100	Virt. perlinės kruopos	60	100	Virtos bulvės	100	120	Virti ryžiai	60	80
Šv.daržovių rinkinukas	40/40	50/50	Virti makaronai	80	100	Šv.kopūstų salotos su pomid.	50	60	Burokėlių salotos	60	70	Pomidorai , ž/žirneliai,salotų lapai	50/30/10	60/30/10
Vanduo	100	150	Morkų salotos, šv. dar.rinkinukas	50/20/20	60/25/25	Daržovių rinkinukas	20/20	25/25	Daržovių rinkinukas	20/20	25/25	Vanduo	100	150
			Vanduo	100	150	Vanduo	100	150	Vanduo	100	150			
VAKARIENĖ			**VAKARIENĖ**			**VAKARIENĖ**			**VAKARIENĖ**			**VAKARIENĖ**		
Mieliniai blynai su varške	90	110	Varškės spygliukai, jogurtas	150/15	160/25	Orkaitėje keptos bulvės su brokoliais ir ferm.sūriu	120	150	Pien.makaronų sriuba	200	250	Trinta varškė, trintos uogos, natūr.jogurtas	95/20/20	123/25/25
Natūr.jogurtas	30	40	Trintos uogos	30	40	Sūrio lazdelės	20	20	Duona su sviestu, kiaušinis, agurkas	20/3/10/40	20/3/20/50	Karš.sumušti-niai su sūriu, ag.	20/3/10/10	20/3/10/10
Pienas	100	150	Nesaldinta arbata	100	150	Kefyras	150	200	Arbata b/c	100	150	Nesaldinta arbata	100	150
Vaisiai	70	90												