

Pirmadienis

Pusryčiai
Miežinių kruopų košė su sviestu [A1,A7]
Kepti sumuštiniai su varške ir obuoliu [A1,A7]
Nesaldinta arbata
Sezoniniai vaisiai,daržovės
Pietūs
Burokėlių ir pupelių sriuba
Nesaldintas jogurtas[A7]
Viso grūdo duona[A1]
Kepti su garais jautienos kukulaičiai [A3]
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais[A1].Šv.[kons.]
agurkas
Salotos su dž.spanguolėmis[A1]
Vanduo
Vakarienė
Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliais[A1,A3,A7]
Nesaldintas jogurtas[A7]
Nesaldinta arbata
Sezoniniai vaisiai,daržovės

Antradienis

Pusryčiai
Grikių kruopų košė su pienu ir sviestu [A1,A7]
Nesaldinta arbata
Vaisių salotos
Pietūs
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba[A1]
Nesaldintas jogurtas[A7].Viso grūdo ruginė duona.
Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių troškinys.Sezoninės daržovės.Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir kons. agurkais
Vanduo su citrina
Vakarienė
Kepti varškėčiai su aguonomis[A1,A7,A3]
Nesaldintas jogurtas[A7]
Nesaldinta arbata
Sezoniniai vaisiai,daržovės

Trečiadienis

Pusryčiai
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su alyvuogių aliejumi [A1]
Viso grūdo batonas su sviestu ir varškės sūriu [A7,A1]
Nesaldinta arbata
Sezoniniai vaisiai,daržovės
Pietūs
Tiršta agurkinė sriuba[A1]
Grietinė [A7].Viso grūdo duona.
Kepta su garais žuvis [A4]
Virtos bulvės.Šv.pomidoras
Virtų burokėlių salotos su apelsinų sultimis
Vanduo
Vakarienė
Omletas [A7,A3,A1]
Šv.[kons].agurkas/pomidoras
Viso grūdo duona su sviestu[A7]
Nesaldinta kmynų arbata

Ketvirtadienis

Pusryčiai
Viso grūdo makaronai su alyvuogių aliejumi[A1]
Fermentinis sūris[A7]
Nesaldinta arbata
Sezoniniai vaisiai,daržovės
Pietūs
Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba.Nesaldintas jogurtas[A7]
Viso grūdo ruginė duona
Kiaulienos ir morkų troškinys su porais.Biri grikių kruopų košė su sviestu[A1,A7]
Virti burokėliai su svogūnais
Šv.agurkas[kons.agurkas]
Vanduo
Vakarienė
Kepti pikantiški bulvinukai [A1,A7,A3]
Sviesto-grietinės padažas[A7]
Nesaldinta arbata.

Penktadienis

Pusryčiai
Trijų grūdų dribsnių košė su alyv.aliejumi[A1,A7]
Virtas kiaušinis[A3]
Kons.žalieji žirneliai
Majonezas[A7]
Viso grūdo duona
Nesaldinta arbata
Pietūs
Daržovių sriuba [A1]
Nesaldintas jogurtas[A7]
Kepti žemaičių blynai su lęšių jdaru [A1]
Jogurtinis padažas su žalumynais [A7]
Raugintų kopūstų[šv.kopūstų] salotos su alyvuogių aliejumi
Sezoninės daržovės
Vanduo
Vakarienė
Pieniška makaronų sriuba[A7]
Viso grūdo batonas su sviestu ir fermentiniu sūriu [A1,A7]

Dalį sezoninių vaisių ar daržovių galima teikti priešpiečiams ar pavakariams

Tris dienas per savaitę bus duodama pieno ir vaisių parama

