**II savaitė**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Pirmadienis**  **Pusryčiai**  Virti makaronai su ferm. sūriu (tausojantis) 135/15-162/18 gr.  Arbata 150-200gr.  Vaisiai  **Pietūs**  Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) 100-150gr.  Grietinė 4-6 gr.  Duonos riekutė 20-20.gr.  Kiaulienos guliašas (tausojantis) 100-120 gr.  Biri ryžių kr.košė (tausojantis) 50-70 gr.  Morkų-obuolių-porų salotos su maj. 80-100 gr.  Vanduo su apelsinais 100-150 gr.  **Priešmokyklinėms grupėms: papildomi užkandžiai**  **Vakarienė**  Virtų bulvių piršteliai (tausojantis) 150-180 gr.  Grietinė 20-25 gr.  Kefyras 150-200 gr.  Vaisiai | **Antradienis**  **Pusryčiai**  Penkių grūdų košė (tausojantis) 150-200 gr.  Trintos uogos 20-30 gr.  Sausainiai 20-20 gr.  Arbata 150-200 gr.  **Pietūs**  Pomidorų sriuba su sorų kr. (tausojantis) 100-150 gr.  Grietinė 4-6 gr.  Duonos riekutė 20-20 gr.  Keptos vištienos lazdelės (tausojantis) 70-80 gr.  Keptos bulvių skiltelės 60-80 gr.  Kalafiorų, pomidorų sal. su jog. 70-100 gr.  Sulčių gėrimas 150-200 gr.  **Priešmokyklinėms grupėms: papildomi užkandžiai**  **Vakarienė**  Kepti varškėčiai (tausojantis) 110-140 gr.  Saldus jogurto padažas 15-20 gr.  Arbata 150-200 gr.  Vaisiai | **Trečiadienis**  **Pusryčiai**  Tiršta miežinių kruopų košė (tausojantis) 150-200 gr.  Kakava su pienu 150-200 gr.  Ryžių traputis 10-10 gr.  Vaisiai  **Pietūs**  Burokėlių sriuba (tausojantis) 150-200 gr.  Grietinė 4-6 gr.  Duonos riekutė 20-20 gr.  Troškinta jautiena (tausojantis) 100-120 gr.  Virtos bulvės (tausojantis) 50-70 gr.  Šviežių daržovių salotos su maj. 80-100 gr.  Vanduo su mėta 100-150 gr.  **Priešmokyklinėms grupėms: papildomi užkandžiai**  **Vakarienė**  Lietiniai blynai su varške 120-150 gr.  Trintos uogos 20-30 gr.  Arbata 150-200 gr.  Vaisiai |
| **Ketvirtadienis**  **Pusryčiai**  Kiaušinienė su sv. 120-157 gr.  Duonos riekutė 30-30 gr.  Konservuoti žirneliai 50-70 gr.  Arbata 150-200 gr.  Vaisiai  **Pietūs**  Trinta morkų sr. su sausučiais (tausojantis) 100-150 gr.  Kepta žuvis (lašiša) (tausojantis) 70-80 gr.  Bulvių košė (tausojantis) 60-80 gr.  Burokėlių salotos su al. 70-80 gr.  Vanduo su mėta 100-150 gr.  **Priešmokyklinėms grupėms: papildomi užkandžiai**  **Vakarienė**  Daržovių troškinys su kiauliena (tausojantis)160-200 gr.  Švieži agurkai 80-100 gr.  Arbata su pienu 150-200 gr.  Vaisiai | **Penktadienis**  **Pusryčiai**  Dribsniai 150-200 gr.  Pienas  Sumuštinis su sald. pieno sūriu 35-45 gr.  Arbata 150-200 gr.  Vaisiai  **Pietūs**  Žirnių sriuba (tausojantis) 100-150 gr.  Duonos riekelė 20-20 gr.  Vištienos kepsnys (tausojantis) 70-90 gr.  Virti ryžiai (tausojantis) 60-70 gr.  Agurkų, svogūnų laiškų, ridikėlių sal. su jog.70-90 gr.  Sultys 150-200 gr.  **Priešmokyklinėms grupėms: papildomi užkandžiai**  **Vakarienė**  Varškės kukuliai (tausojantis) 150-180 gr.  Natūralus jogurtas 15-20 gr.  Arbata 150-200 gr.  Vaisiai |  |