**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.PienasSumuštinis 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 |  |