



VALGIARAŠTIS 1 SAVAITĖ



Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis
PUSRYČIAI	PUSRYČIAI	PUSRYČIAI	PUSRYČIAI	PUSRYČIAI
Manų košė Trintos uogos Sūrio lazdelė Nesaldinta arbata	Kvietinių kruopų košė su moliūgu Viso grūdo ruginė bėmielė duona, sviestas, fermentinis sūris Nesaldinta arbata	Sorų kruopų košė Trintos uogos Viso grūdo ruginė bėmielė duona, sviestas, virta dešra Nesaldinta arbata	Avižinių kruopų košė su obuoliais ir cinamonu Nesaldinta arbata	Miežinių kruopų košė Viso grūdo ruginė bėmielė duona su sviestu ir pomidoru Nesaldinta arbata
PRIEŠPIEČIAI	PRIEŠPIEČIAI	PRIEŠPIEČIAI	PRIEŠPIEČIAI	PRIEŠPIEČIAI
Trinta morkų sriuba Šviesi duona Vaisiai	Žaliųjų žirnelių sriuba Viso grūdo ruginė bėmielė duona Vaisiai	Žirnių sriuba Skrebučiai Vaisiai	Pupelių ir cukinijų sriuba Viso grūdo ruginė bėmielė duona Vaisiai	Kopūstų sriuba Šviesi duona Vaisiai
PIETŪS	PIETŪS	PIETŪS	PIETŪS	PIETŪS
Troškintas vištienos kukulis Virti griekiai Kopūstų, morkų ir paprikų salotos	Kiaulienos ir šviežių kopūstų kukulis troškintas padaže Bulvių košė Morkų salotos	Kalakutienos plovos Agurkai, marinuoti Pomidorai	Orkaitėje keptas jūros lydekos apkepas Virtos perlinės kruopos Burokėlių salotos su obuoliais	Virti varškėčiai Sviesto ir grietinės padažas Morkų lazdelės –
VAKARIENĖ	VAKARIENĖ	VAKARIENĖ	VAKARIENĖ	VAKARIENĖ
Varškės apkepas Natūralaus jogurto ir trintų uogų padažas Pienas	Pieniška makaronų sriuba Keksiukas	Mieliniai blynai Trintos uogos Nesaldinta arbata	Kukurūzinis varškės pudingas Uogų ir bananų tyrė Pienas	Omletas su fermentiniu sūriu Viso grūdo ruginė duona Agurkai Pomidorai Nesaldinta arbata