



VALGIARAŠTIS 3 SAVAITĒ



Pirmadienis	Antradienis	Trečdadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis
PUSRYČIAI	PUSRYČIAI	PUSRYČIAI	PUSRYČIAI	PUSRYČIAI
Avižinių kruopų košė su bananais ir avižų gėrimu Trintos uogos Nesaldinta arbata	Grikių košė Plėšomos sūrio dešrelės „Pik- Nik“ Nesaldinta arbata	Virti makaronai su sviestu Ruginė duona, sviestas, fermentinis sūris Nesaldinta arbata	Ryžių košė Trintos uogos Jogurtas Nesaldinta arbata	Pieniška kukurūzų košė Trintos uogos Nesaldinta arbata
PRIEŠPIEČIAI	PRIEŠPIEČIAI	PRIEŠPIEČIAI	PRIEŠPIEČIAI	PRIEŠPIEČIAI
Pomidorinė ryžių sriuba Duona Vaisiai	Burokėlių sriuba Duona Vaisiai	Pupelių ir kruopų sriuba Vaisiai	Agurkinė sriuba Ruginė duona Vaisiai	Trinta moliūgų, cukinijų ir lęšių sriuba su skrebučiais Vaisiai
PIETŪS	PIETŪS	PIETŪS	PIETŪS	PIETŪS
Vištienos troškiny su bulvėmis Agurkai marinuoti Pomidorai	Virtų bulvių cepelinai su kalakutiena Sviesto ir grietinės padažas Morkų ir agurkų lazdelės	Troškintas kiaulienos ir jautienos kukulis Perlinės kruopos su troškintomis daržovėmis Paprikos Pomidorai	Troškintas menkės kukulis Perlinis kuskusas Pekino kopūstų salotos	Pakepinta kiauliena su makaronais Kukurūzai Agurkai
VAKARIENĖ	VAKARIENĖ	VAKARIENĖ	VAKARIENĖ	VAKARIENĖ
Lietiniai blynai Natūralaus jogurto ir trintų uogų padažas Pienas	Varškė Trintos uogos Orkaitėje keptas viso grūdo prancūziškas skrebutis Nesaldinta arbata	Bananiniai ir obuoliniai blyneliai Trintos uogos Pienas	Karštas sumuštinis su virtomis dešrelėmis Agurkai Kakava su pienu	Varškės kukuliai Sviesto ir grietinės padažas Nesaldinta arbata