LOPŠELIO- DARŽELIO „ALKSNIUKAS“ VALGIARAŠTIS

Rugsėjo 20-24 d.

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
Pusryčiai: kukurūzų kr. Košė 150/200 su cukrumi ir cinamonu. Duoniukai su varškės užtepėle.15 Nesaldinta arbatžolių arbata 150/200	**Pusryčiai:** kvietinių kr. Košė 150/200, šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu 25/5/10, 30/6/15. Arbatžolių arbata nesaldinta.150/200	**Pusryčiai:** penkių javų dr, košė 150/200 su sviestu 6/8. Duoniukai su lydytų sūriu10/15, 15/20. Arbatžolių arbata su citrina. 150/200	**Pusryčiai:** virtas kiaušinis 60, ž.žirneliai 30/50, šviesi duona su sviestu 20/4. Kakava su pienu 100/150.	**Pusryčiai:** grikių košė 150/200 su nerafinuotu aliejumi6/7. Duoniukas su morkų užtepėle15/20. Arbatžolių arbata nesaldinta 150/200.
VAISIAI 80/80	VAISIAI 100/100	VAISIAI 80/100	VAISIAI 80/100	VAISIAI
Pietūs: bulvių sriuba su miežinėmis kr. 100/150 Plovas su vištiena, 100/40,140/50, daržovės 70/100. Pagardintas stalo vanduo 150/200.	**Pietūs:** žirnių ir perlinių kr sriuba 100/150. Kiaulienos maltinukas 60/80, virtos bulvės 60/80. Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 70/80. Pagardintas stalo vanduo 150/200.	**Pietūs:** šaltibarščiai 100/150. Troškintas jautienos maltinukas 60, arba jautienos befstrogenas 70/30, virtos bulvės60/80. Morkų sal.su obuoliais ir neraf.al.60/80 Pagardintas stalo vanduo 150/200.	**Pietūs:** daržovių sultinys su makaronais ir bulvėmis 100/150. Troškinta kalakutiena50/20, 60/40, virtos ankštinės daržovės 60/ 80, daržovės 60/70. Pagardintas stalo vanduo 150/200.	**Pietūs:** pupelių sriuba su vištiena ir bulvėmis 90/10, 130/20. Žuvies kukulis70/90, bulvių košė su morkomis 60/80. Burokėlių salotos 50 ir daržovės 30/50. Pagardintas stalo vanduo 150/200.
RUGINĖ DUONA	RUGINĖ DUONA	RUGINĖ DUONA	RUGINĖ DUONA	RUGINĖ DUONA
Vakarienė: virti makaronai 100/120su sviesto ir grietinės padažu 20. Kmynų arbata nesaldinta.150/200	**Vakarienė:** kepti varškėčiai 110/140, trintų uogų padažas su bananais 35. Žolelių arbata nesaldinta.150/200	**Vakarienė:** sklindžiai 120/150 su jogurto ir uogienės padažu 30. Arbatžolių arbata nesaldinta 150/200.	**Vakarienė:** bulvių košė su brokoliais 160/200 ir kiaulienos, grietinės padažas 35/45. Kefyras 120/150.	**Vakarienė:** varškės, ryžių apkepas 120/150, trintų uogų padažas su bananais 35. Arbatžolių arbata nesaldinta 150/200.