** KLAIPĖDOS LOPŠELIO-DARŽELIO „PAGRANDUKAS“ VALGIARAŠTIS (4-7 m.)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PIRMADIENIS** | **ANTRADIENIS** | **TREČIADIENIS** | **KETVIRTADIENIS** | **PENKTADIENIS** |
| **Pusryčiai** |
| Ryžių košė su sviestu ir trintų uogų padažu T 200/8/30Duoniukai arba trapučiai su varškės užtepėle (sald.) 15/20Arbatžolių arbata (nesald.) 200 | Omletas T 100Šviesi duona su sviestu 20/4Žalieji žirneliai arba kukurūzai (konserv.) 30Arbatžolių arbata (nesald.) 200 | Avižinių dribsnių košė su sviestu T 200/8Sausučiai 15Kakava su pienu (sald.) 200 | Kvietinių kruopų košė su sviestu T 200/8Šviesi duona su pupelių užtepėlė TA 30/20Arbatžolių arbata (nesald.) 200 | Manų kruopų košė su cinamonu ir cukrumi T 200/4Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu 25/5/10 Arbatžolių arbata (nesald.) 200 |
| **Pietūs** |
| Daržovių sriuba TA 150Ruginė duona 30Kiaulienos kukulis T 80Virti grikiai TA 80Daržovės 100Vanduo su citrina 200 | Barščiai su pupelėmis TA 150Ruginė duona 30Jautienos ir kiaulienos maltinukas T 80Bulvių košė T 80Daržovės 50Vanduo su šv. agurkais 200 | Kopūstų sriuba su bulvėmis TA 150Ruginė duona 30Vištienos kepinukas T 80Troškintos ryžių kruopos TA 80Daržovių salotos su jogurtu 80Vanduo su apelsinu 200 | Ryžių sriuba su vištienos gab. T 130/20Ruginė duona 30Kepta (riebi) žuvis 75Virtos bulvės TA 80Burokėlių salotos su ankštinėmis daržovėmis 70Vanduo 200 | Žirnių sriuba TA 150Ruginė duona 30Troškintas kalakutienos kepsnelis T 80Virtos avižinės kruopos TA 80Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 80Vanduo su citrina 200 |
| **Vakarienė** |
| Keptos bulvės A 120Daržovės 50Kefyras 120Vaisiai 80 | Makaronai su trošk. kiaulienos ir grietinės padažu T 125/75Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 80Arbatžolių arbata (nesald.) 200Vaisiai 100 | Virti varškėčiai su jogurto padažu (sald.) T 150/30Arbatžolių arbata (nesald.) 200 Vaisiai 80 | Pieniška makaronų sriuba T 200Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu 35/7/20Vaisiai 80 | Varškės pudingas su trintų uogų padažu su bananais T 150/35Arbatžolių arbata (nesald.) 200Vaisiai 100 |

**,,T“- tausojantis** - tai maistas, pagamintas maistines savybes tausojančiu gamybos būdu: virtas vandenyje ar garuose, troškintas, pagamintas konvekcinėje krosnelėje, keptas įvyniojus popieriuje ar folijoje; **,,TA“** - **augalinis patiekalas** - tai augalinės kilmės maisto produktų. patiekalas, pagamintas be kiaušinių, mėsos, žuvies ir pieno produktų.