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

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