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

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PIRMADIENIS** | **ANTRADIENIS** | **TREČIADIENIS** | **KETVIRTADIENIS** | **PENKTADIENIS** |
| **Pusryčiai** | | | | |
| Grikių kruopų košė su nerafinuotu aliejumi TA 200/6  Duoniukai arba trapučiai su varškės užtepėle 15/20  Kakava su pienu (sald.) 150 | Kukurūzų kruopų košė su sviestu cukrumi ir cinamonu T  200/8/4  Natūralus jogurtas su trintų uogų padažu 120/35  Arbatžolių arbata (neald.) 200 | Makaronai su varške ir sviestu T  150/50/5  Arbatžolių arbata su citrina (nesald.) 200 | Ryžių košė su sviestu T 200/8  Sausučiai 30  Arbatžolių arbata (neald.) 200 | Kiaušinių košė T 100  Šviesi duona su sviestu 30/6  Žalieji žirneliai arba kukurūzai (konserv.) 30  Arbatžolių arbata (neald.) 200 |
| **Pietūs** | | | | |
| Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis TA 150  Ruginė duona 30  Kiaulienos mažylių balandėlis T 100  Bulvių košė T 80  Daržovės 100  Vanduo su šv. agurkais 200 | Špinatų sriuba su bulvėmis TA 150  Ruginė duona 30  Jautienos kukuliai T 80  Virtos bulvės TA 80  Troškinti kopūstai TA 75  Daržovės 50  Vanduo su apelsinu 200 | Lęšių sriuba TA 150  Ruginė duona 30  Troškinta vištiena T 60/60  Virtos bulvės TA 80  Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 50  Daržovės 30  Vanduo su citrina 200 | Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis TA 150  Ruginė duona 30  Žuvies maltinukas T 80  Žirnių ir bulvių košė T 80  Burokėlių salotos 50  Daržovės 50  Vanduo 200 | Barščiai su bulvėmis TA 150  Ruginė duona 30  Kalakutienos maltinukas T 80  Virtos ankštinės daržovės TA 80  Daržovių salotos su jogurtu 80  Vanduo su citrina 200 |
| **Vakarienė** | | | | |
| Trinta cukinijų arba moliūgų  sriuba su grietinėle T 200/8  Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu 30/6/15  Vaisiai 100 | Varškės spygliukai su grietinės ir sviesto padažu T 150/30  Arbatžolių arbata (nesald.) 200  Vaisiai 100 | Sklindžiai su obuoliais ir jogurto-uogienės padažu 120/35  Arbatžolių arbata (nesald.) 200  Vaisiai 80 | Makaronai su troškintos kalakutienos padažu T 125/50  Daržovės 50  Arbatžolių arbata (nesald.) 200  Vaisiai 100 | Plovas su kiauliena T 150/50  Daržovės 70  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.