

## Kazlų Rūdos Kazio Griniaus Gимnazijos integracinis valgiaraštis

### III Savaitė

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
<b>Pietūs:</b>	<b>Pietūs:</b>	<b>Pietūs:</b>	<b>Pietūs:</b>	<b>Pietūs:</b>
Žirnių sriuba su grietine 150/5 ml Duona 25;40g Kalakutienos sklindis 115g Daržovių padažas (pomidorai,paprika,svogūnai,česnakai) 40 g Kus-kus kruopų košė 90;120g Raugintų kopūstų salotos 100 g Sezoninis vaisius 100 g Stalo vanduo su citrina 200/2 ml	Šviežių kopūstų sriuba 150/5 ml Duona 25;40g Vištienos kepsnys 120g Biri grikių košė 100;120g Morkų salotos su majonezu 90;120 g Sezoninis vaisius 100 g Sultys 150 ml(11-18 m)	Daržovių sriuba su bolivine balanda ir grietine 150/5 ml Duona 25;40g Keptas su garais maltos kiaulienos ir jautienos šnicelis 110g Virtos bulvės 100;120g Daržovės 100;120g Jogurtas 125 g Sezoninis vaisius 100g Stalo vanduo su citrina 200/2 ml	Baltųjų pupelių sriuba su grietine 150/5 ml Duona 25;40g Kiaulienos mėsa troškinta su daržovėmis (morkos, svogūnas, kopūstas, bulvės) 90/170; 120/250g Švž. pomidoras 40g Sezoninis vaisius 100 g Stalo vanduo su citrina 200/2 ml	Tiršta sriuba su avinžirniais ir pomidorais 150/5g Duona 25;40g Apkepta žuvis 120g Biri ryžių košė 90;100g Švž. Burokėlių, žirnelių ir marinuotų agurkų salotos su aliejaus ir citrinų užpilu 100/10g Jogurtas 125 g Sezoninis vaisius 100 g Stalo vanduo su citrina 150 ml