

KAZLŲ RŪDOS VAIKŲ LOPŠELIO-DARŽELIO "PUŠELĖ" VALGIARAŠTIS

TVIRTINU

Direktorė

3 savaitė

| <b>PUSRYČIAI</b>    | <b>PIRMADIENIS</b>  | <b>ANTRADIENIS</b>                                 | <b>TREČIADIENIS</b>                           | <b>KETVIRTADIENIS</b>                               | <b>PENKTADIENIS</b>                             |
|---------------------|---|--|---|---|---|
|                     | Viso grūdo makaronų košė su sviestu (tausojantis)                                 | Varškės užtepėlė špinatais ir prieskoninėm žolelėm | Kukurūzų kruopų košė su sviestu (tausojantis) | Grikių košė su sviestu(tausojantis)                 | Omletas su špinatais (tausojantis)              |
|                     |   | Sūrio dešrelė PikNik                               |   | Duona su sviestu, kepta nugarine, daržovėmis.       | Duona su sviestu,                               |
|                     | Kakavas su pienu  | Žolelių arbata                                     | Kakavas su pienu                              | Kakavas su pienu                                    | Sūrio dešrelė PikNik                            |
|                     | Duona su sviestu, vytinta dešra   | Batonas su sviestu                                 | Duona su sviestu, fermentiniu sūriu           |   | Žolelių arbata be cukraus                       |
| <b>PRIESPIEČIAI</b> | Vaisių asorti   | Vaisių asorti                                      | Obuolys                                       | Vaisių asorti                                       | Obuolys   |
|                     | Šaldytų uogų kompotas   | Sulčių gėrimas                                     | Natūralios obuolių sultys                     | Kompotas  | Sulčių gėrimas                                  |
| <b>PIETŪS</b>       | Mėsiška pomidorinė sriuba su bolivine balanda                                     | Mėsiška kruopų sriuba(tausojantis)                 | Mėsiška daržovių su lęšiais sriuba            | Mėsiška barščių sriuba                              | Mėsiška daržovių sriuba                         |
|                     | Orkaitėje keptas kiaulienos maltinis, praturtintas kviečių sėlenomis(Tausojantis) | Karališki balandėliai, padažas                     | Ryžių plovos (tausojantis)                    | Žuvies tefteliai padaže (tausojantis)               | Troškinta kalakutiena su šparaginėmis pupelėmis |
|                     | Grikių košė (augalinis, tausojantis)  | Bulvės (augalinis, tausojantis)                    |   | Perlinių kruopų košė (augalinis,tausojantis)        | Kuskuso kruopų košė(augalinis, tausojantis)     |
|                     | Šviežių kopūstų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)                         | Paprika, pomidoras (augalinis)                     | Agurkas, pomidoras (tausojantis)              | Šviežių daržovių salotos su alyvuogių aliejumi      | Burokėlių- raugintų kopūstų salotos             |
|                     | Duona   | Duona  | Duona   | Duona   | Duona   |
| <b>VAKARIENĖ</b>    | Virti varškėčiai sviesto ir grietinės padaže                                      | Ryžių mišrainė                                     | Keptos bulvės su dešra                        | Varškės apkepas su šaldytomis uogomis (tausojantis) | Pieniška makaronų sriuba                        |
|                     | Žolelių arbata be cukraus   | Duona su sviestu                                   | Kefyras                                       | Jogurtas  | Bandelė   |
|                     |   | Žolelių arbata be cukraus                          |   | Žolelių arbata                                      |   |