

3 savaitė

P I R M A D I E N I S		
<p><u>Pusryčiai</u> Pieniška ryžių košė su sviestu, paskaninta vyšniomis be kauliuku (T) L150/5/15- D200/5/15 Grūdų traputis 20 Sezoniniai vaisiai 80 Nesaldinta arbata</p>	<p><u>Pietūs</u> Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis (A) (T) L100/ D150 Graikiškas jogurtas 5 Garuose kepta vištienos file su sezamų sėklomis (T) L70 (67/3)- D80 (76/4) Orkaitėje keptos bulvės su kario prieskoniais (A) (T) L70/ D100 Konvekciniėje krosnyje keptos morkytės (A) (T) 40 Šv. agurkų lazdelės su alyvuogių aliejumi (A) L60/ D80 Vanduo paskanintas vaisiais</p>	<p><u>Vakarienė</u> Varškės blynai L120/ D140 Šaldytos uogos 25 Nesaldinta arbata</p>
A N T R A D I E N I S		
<p><u>Pusryčiai</u> Viso grūdo avižų kruopų košė su obuoliu, cinamonu ir sviestu (T) L150/ D200 Viso grūdo ruginė duona su sviestu ir varškės sūriu 15/3/15 Sezoniniai vaisiai 100 Nesaldinta arbata</p>	<p><u>Pietūs</u> Pomidorinė sriuba su ryžiais (A) (T) L100/ D150 Žemaičių blynai su kiauliena (T) L160/ D200 Graikiškas jogurtas 30 Daržovių rinkinukas: agurkai, morkos (A) 50/50 Vanduo</p>	<p><u>Vakarienė</u> Manų- varškės apkepas (T) L110/D140 Grietinė 30% rieb. L10/ D20 Šaldytos uogos 15 Pienas 2,5% rieb. 100 Nesaldinta arbata</p>
T R E Č I A D I E N I S		
<p><u>Pusryčiai</u> Miežinių kruopų košė su sviestu (T) L150/ D200 Varškė su kefyru ir trintais vaisiais/uogomis 70 Sezoniniai vaisiai 90 Nesaldinta arbata</p>	<p><u>Pietūs</u> Perlinių kruopų sriuba (A) (T) L100/ D150 Vištienos šlaunelių mėsa troškinta grietinėleje (T) L65 (59/6)/ D85 (77/8) Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (A) (T) L75/ D90 Kepti su garais burokėliai su saulėgrąžomis (A) (T) 70 Vanduo paskanintas vaisiais</p>	<p><u>Vakarienė</u> Orkaitėje keptas omletas su pomidorų padažu (T) L100/10- D135/15 Viso grūdo ruginė duona 20 Daržovių rinkinukas: agurkai, pomidorai 25/25 Sezoniniai vaisiai Nesaldinta arbata</p>
K E T V I R T A D I E N I S		
<p><u>Pusryčiai</u> Pieniška kukurūzų košė su gabalėliu sviesto ir vyšniomis (be kauliuko) (T) L150/15- D200/15 Sezoniniai vaisiai 100 Nesaldinta arbata</p>	<p><u>Pietūs</u> Raudonųjų lęšių sriuba su bulvėmis, morkomis ir salierais (A) (T) L100/ D150 Žuvies maltiniai (T) L80/ D100 Bulvių košė (T) 100 Iceberg salotos su paprikomis ir neraf. alyvuogių aliejumi (A) L70/ D90 Daržovių rinkinukas: agurkai, paprikos 30/30 Vanduo</p>	<p><u>Vakarienė</u> Virti viso gr. makaronai su kalakutiena ir sūriu (T) L160 (109/48/3)- D200 (136/60/3) Daržovių rinkinukas: pomidorai, morkos 30/30 Nesaldinta arbata</p>
P E N K T A D I E N I S		
<p><u>Pusryčiai</u> Tiršta manų košė su selenėlėmis ir sviestu (T) L150/ D200 Šaldytos uogos 30 Sezoniniai vaisiai 120 Nesaldinta arbata</p>	<p><u>Pietūs</u> Daržovių ir viso gr. makaronų sriuba (A) (T) L100/ D150 Keptas su garais netikras kiaulienos kumpinės zuikis (T) L80/ D100 Virtos perlinės kruopos (T) (A) 100 Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (A) 70 Daržovių rinkinukas: paprikos, ridikėliai 25/25 Vanduo</p>	<p><u>Vakarienė</u> Skryliai (T) L120/ D160 Sviesto- grietinės padažas 15 Pienas 2,5% rieb. 100 Nesaldinta arbata</p>