|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***LOPŠELIO-DARŽELIO „INKARĖLIS“ 2020-2021 m. 1 SAVAITĖS VALGIARAŠTIS*** | | | | |
| **PIRMADIENIS**  Pusryčiai   * Avižinių dr. Košė T 150/200 * Sviestas 6/8 * Šviesi duona 15/20 * Pupelių užtepėlė TA 15/20 * Arbatžolių arbata (nesald.) 150/200 | **ANTRADIENIS**  Pusryčiai   * Penkių javų dr. košė T 150/200 * Sviestas 6/8 * Morkų lazdelės/tarkuotos morkos 40/50 * Žolelių arbata (nesald.) 150/200 | **TREČIADIENIS**  Pusryčiai   * Virti kiaušiniai T 60/60 * Pomidorai 40/40 * Kons. kukurūzai 15/20 * Šviesi duona su sviestu ir ferm. sūriu 25/5/10 ir 35/7/20 * Arbatžolių arbata (nesald.) 150/200 | **KETVIRTADIENIS**  Pusryčiai   * Perlinių kr. košė T 150/200 * Sviestas 6/8 * Šviesi duona 20/25 * Morkų užtepėlė A 15/20 * Arbatžolių arbata su citrina (nesal.) 150/200 | **PENKTADIENIS**  Pusryčiai   * Manų kr. košė su cinamonu ir cukrumi T 150/3 ir 200/4 * Šviesi duona su sviestu 20/4 ir 30/4 * Kakava su pienu (sald.) 150/200 |
| Pietūs   * Rūgštynių srb. su bulvėmis TA 100/150 * Ruginė duona 25/30 * Bulvių košė T 60/80 * Burokėlių sal. su neraf. al. * Ž. Žirneliai * Vanduo su citrina 150/200 * Vaisiai 100/120 | Pietūs   * Daržovių srb. TA 100/150 * Ruginė duona 25/30 * Vištienos maltinukas TA 60/80 * Virtos ryžių kr. TA 60/80 * Morkų-ridikėlių sal. su neraf. al. 70/80 * Vanduo su apelsinu 150/200 * Vaisiai 120/120 | Pietūs   * Kopūstų srb. su bulvėmis T 100/150 * Ruginė duona 25/30 * Jautienos befstrogenas T 70/30 (darželiui) * Troškintas jautienos maltinukas T 60 (lopšeliui) * Virtos grikių kr. TA 60/80 * Agurkai, paprika 70/80 * Vanduo su citrina ir mėta 150/200 * Vaisiai 100/120 | Pietūs   * Barįčiai su pupelėmis TA 100/150 * Grietinė 8/10 * Ruginė duona 25/30 * Kepta žuvis (liesa) T 75/100 * Virtos bulvės TA 60/80 * Kopūstų sal. su neraf. al.40/50 * Porai 30/30 * Vanduo su mėta 150/200 * Vaisiai 100/120 | Pietūs   * Trinta žied. Kopūstų srb. TA 150/150 * Skrebučiai TA 8/10 * Plovas su kalakutiena T 100/140 * Agurkai 70/80 * Vanduo su greipfruktu 150/200 * Vaisiai 80/100 |
| Vakarienė   * Virti varškėčiai T 120/150 * Jogurto ir uogienės pad. 30/35 * Kmynų arbata (nesald.) 150/200 | Vakarienė   * Lietiniai 100/120 * Jogurtas 10/15 * Uogienė 15/20 * Arbatžolių arbata (nesald.) 1500/200 | Vakarienė   * Pieniška kr. srb. T 150/200 * Riestainis 40/50 * Žolelių arbata (nesald.) 150/200 | Vakarienė   * Makaronai su troškintos vištienos padažu T 105/30 ir 125/50 * Sūrio lazdelė 20/20 * Kmynų arbata (nesald.) 150/200 | Vakarienė   * Varškės pudingas T 120/150 * Jogurtas 10/15 * Trintų uogų pad. 15/20 * Žolelių arbata (nesald.) 150/200 |