|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***LOPŠELIO-DARŽELIO „INKARĖLIS“ 2020-2021m. 3 SAVAITĖS VALGIARAŠTIS*** | | | | |
| **PIRMADIENIS**  Pusryčiai   * Kvietinių kr. košė T 150/200 * Sviestas 6/8 * Duoniukai/trapučiai 10/15 * Varškės užtepėlė 15/15 * Žolelių arbata (nesald.) 150/200 * Vaisiai 80/80 | **ANTRADIENIS**  Pusryčiai   * Penkių javų dr. košė T 150/200 * Sviestas 6/8 * Sūrio lazdelė 20/20 * Arbatžolių arbata su citrina (sald.) 150/200 | **TREČIADIENIS**  Pusryčiai   * Kiaušinių košė T 70/80 * Pomidorų sal. su neraf. al. 40/40 * Agurkai 30/40 * Šviesi duona su sviestu 30/6 ir 35/7 * Arbatžolių arbata (nesald.) 150/200 | **KETVIRTADIENIS**  Pusryčiai   * Avižinių dr. košė T 150/200 * Sviestas 6/8 * Trintų uogų pad. Su bananais 25/35 * Kakava su pienu (sald.) 150/200 * Sausučiai 10/10 | **PENKTADIENIS**  Pusryčiai   * Perlinių kr. košė T 150/200 * Sviestas 6/6 * Šviesi duona 20/20 * Morkų užtepėlė A 15/20 * Žolelių arbata (nesald) 150/200 * Vaisiai 80/80 |
| Pietūs   * Daržovių srb. TA 100/150 * Ruginė duona 25/30 * Plovas su kiauliena T 110/40 ir 150/50 * Agurkai 70/80 * Pomidorai 40g * Vanduo su citrina 150/200 | Pietūs   * Agurkinė srb. su perlinėmis kr. TA 100/150 * Ruginė duona 25/30 * Vištienos kepinukas T 60/80 * Bulvių košė TA 60/80 * Raug. kopūstų sal. su neraf. al 70/80 * Vanduo su apelsinu 150/200 * Vaisiai 120/120 | Pietūs   * Kopūstų srb. su bulvėmis TA 100/150 * Ruginė duona 25/30 * Jautienos ir kiaulienos maltinukas T 60/80 * Virtos ryžių kr. TA 60/80 * Paprika, agurkai 70/80 * Vanduo su citrina ir mėta 150/200 * Vaisiai 80/120 | Pietūs   * Pupelių srb. TA 100/150 * Ruginė duona 25/30 * Žuvies kukulis T 70/90 * Virtos bulvės ta 60/80 * Pomidorai, ž. žirneliai 70/80 * Vanduo su mėta 150/200 * Vaisiai 100/120 | Pietūs   * Žirnių srb. TA 100/15 * Ruginė duona 25/30 * Troškinta kalakutiena T 52/20 ir 60/40 * Burokėlių sal. su obuoliais ir neraf. al. 70/80 * Vanduo su greipfruktu 150/200 |
| Vakarienė   * Pieniška mak. srb. T 150/200 * Riestainis 40/50 * Kmynų arbata (nesald.) 150/200 | Vakarienė   * Lietiniai su varškės įdar. 100/40 ir 120/45 * Jogurto ir uogienės pad. 10/15 * Žolelių arbata (nesald.) 150/200 | Vakarienė   * Kepti varškėčiai T 90/110 * Saldus grietinės pad. 10/16 * Kmynų arbata (nesald.) 150/200 | Vakarienė   * Makaronai su sviesto ir grietinės pad. T 150/15 ir 200/20 * Arbatžolių arbata (nesald.) 150/200 | Vakarienė   * Varškės ir ryžių apkepas T 120/150 * Jogurtas 10/10 * Trintų uogų pad. 15/20 * Arbatžolių arbata (nesald.) 150/200 |