|  |
| --- |
| ***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
 |