**EIGIRGALOS LOPŠELIO-DARŽELIO**

**TRIJŲ SAVAIČIŲ MENIU**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PIRMADIENIS** | **ANTRADIENIS** | **TREČIADIENIS** | **KETVIRTADIENIS** | **PENKTADIENIS** |
| Manų košė su  | Ryžių košė su | Kiaušinių košė  | Tiršta grikių | Virti makaronai su |
| cinamonu ir | bananiniu padažu | su | kruopų košė su | grietinės-pomidorų |
| sviestu | Arbata su | daržovėmis | sviesto-grietinės | padažu |
| Arbata | pienu | Duona su sviestu | padažu | Arbata su |
| 11val. vaisiai | 11val. vaisiai | Arbata | Pienas  | citrina |
|  |  | 11val. vaisiai | 11val. vaisiai | 11val. vaisiai |
|  |
| **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** |
| Žirnių-perlinių | Barščiai su | Trinta daržovių | Pupelių sriuba su  | Rūgštynių sriuba |
| kruopų sriuba | grietine | sriuba su | grietine | su bulvėmis |
| Duona | Duona | skrebučiais | Duona | Duona |
| Kiaulienos guliašas | Bulvių | Virti kalakutienos | Žuvies maltinis | Paukštienos kepinukai |
| virtos bulvės | plokštainis su | kukuliai su daržovių | virtos bulvės | ryžių košė |
| agurkų-pomidorų | sviesto-grietinės | padažu,virti ryžiai | burokėlių | morkų-obuolių |
| salotos  | padažu | obuolių-burokėlių sal. | salotos, obuolių sulčių | salotos |
| Sulčių gėrimas | Sulčių gėrimas | Sulčių gėrimas | ir kmynų gėrimas | Sulčių gėrimas |
|  |  |  |  |  |
| **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** |
| Virti makaronai su | Varškės apkepas su | Pieniška makaronų | Daržovių troškinys su | Kruopų ir bulvių |
| dešros - daržovių- | padažu | sriuba | dešrelėmis | košė su sviesto- |
| grietinėlės padažu | Arbata | Sumuštinis su sūriu | Arbata su |  grietinės padažu |
| Kefyras |  | Jogurtas | citrina | Sumuštinis su |
|  |  |  |  | tepamu sūriu |
|  |  |  |  | Arbata |

1 SAVAITĖ

2 SAVAITĖ

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PIRMADIENIS** | **ANTRADIENIS** | **TREČIADIENIS** | **KETVIRTADIENIS** | **PENKTADIENIS** |
| **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** |
| Kvietinė košė | Virti makaronai su | Tiršta pusryčių košė | Avižinių kruopų | Omletas su virta dešra, |
| su sviestu | svogūnų - grietinėlės | su uogiene | košė su vaniliniu | žirneliais ir |
| Kukurūzų trapučiai | padažu | Sumuštinis su | padažu | pomidorais |
| Arbata su citrina | Kakava su pienu | varškės sūriu | Bandelė ar sausainiai | Batonas su sviestu |
| 11val. vaisiai | 11val. vaisiai | Arbata | Arbata | Arbata |
|  |  | 11val. vaisiai | 11val.vaisiai | 11val. vaisiai |
|  |
| **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** |
| Trinta lęšių sriuba | Daržovių sriuba su | Barščiai su pupelėmis  |  Kopūstų sriuba | Miežinių kruopų |
| su  | grietine | ir grietine | su grietine | sriuba su grietine |
| skrebučiais | Duona | Virtų bulvių | Duona | Duona |
| Mėsos - ryžių | Žuvies maltinis su | cepelinai su | Jautienos befstrogenas | Vištienos maltinis su |
| plovas | morkų padažu, | varške ir sviesto- | virtos bulvės | padažu, |
| Obuolių sulčių ir | virtos bulvės, | grietinės padažu | marinuoti agurkai | bulvių košė |
| kmynų gėrimas | burokėlių salotos | Duona | Razinų-obuolių | kopūstų salotos |
|  | Sulčių-kmynų gėrimas | Sulčių gėrimas | kompotas | Sulčių gėrimas |
|  |  |  |  |  |
| **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** |
| Virti makaronai su | Virti varškėčiai su | Virtos dešrelės su | Makaronų ir varškės | Pieniška  |
| troškintos mėsos ir | sviesto - grietinės | pomidorų padažu ir | apkepas su | ryžių |
| grietinės padažu | padažu | daržovėmis | uogiene | sriuba |
| Arbata  | Arbata su | Duona | Arbata  | Kukurūzų  |
| su pienu | citrina | Arbata | su citrina | trapučiai |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PIRMADIENIS** | **ANTRADIENIS** | **TREČIADIENIS** | **KETVIRTADIENIS** | **PENKTADIENIS** |
| **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** |
| Grikių košė su | Sausi pusryčiai su | Penkių javų | Virti makaronai | Virti makaronai |
| daržovėmis | pienu | kruopų košė su | su  | su |
| Grietinės - sviesto | Vaisių salotos su | su sviesto-grietinės | varške | fermentiniu sūriu |
| padažas | jogurtu | padažu | Arbata | Arbata |
| Arbata su citrina | 11 val. vaisiai | Kakava | 11val. vaisiai | 11val. vaisiai |
| 11val. vaisiai |  | 11val. vaisiai |  |  |
|  |  |  |  |  |
| **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** |
| Žalių žirnelių sriuba su | Ryžių sriuba su | Žirnių sriuba su | Agurkinė sriuba  | Trinta lęšių sriuba |
| bulvėmis ir grietinėle | pomidorais | grietine | su grietine | su skrebučiais |
| Duona | Duona | Duona | Duona | Žuvies maltinis su |
| Kalakutienos guliašas | Kiaulienos kepinukai | Virti kiaulienos | Vištienos troškinys | varške, |
| Bulvių košė | Virtos bulvės | kukuliai su padažu | su daržovėmis,virti | morkų padažas |
| Troškinto kopūstai | Agurkai | Virti grikiai | ryžiai, pomidorų | bulvių košė |
| Sulčių  | Sulčių  | Daržovių mišrainė | salotos | burokėlių salotos |
| gėrimas | gėrimas | Sulčių gėrimas | Sulčių gėrimas | Sulčių gėrimas |
|  |  |  |  |  |
| **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** |
| Virtos dešrelės | Omletas su virta | Varškės apkepas su | Bulvių apkepas | Virti kiaušiniai su |
| Pomidorų padažas | dešra, duona | uogienės |  su sviesto- | majonezo-jogurto |
| Duona | Pomidorai | padažu | grietinės padažu | padažu,žirneliais ir |
| Arbata su medumi | Arbata | Arbata su citrina | Kefyras | pomidoru |
| Jogurtas |  |  |  | Sumuštinis su sviestu |
|  |  |  |  | Arbata su pienu |

3 SAVAITĖ