|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | | | |
| 1 savaitė |  |  | |  |  |  |  |
| Pirmadienis    **Pusryčiai 8.40 val.** | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** | |
|
| Omletas su fermentiniu sūriu (45% ) | K003 | 108/12 | |
| Ruginė duona |  | 25 | |
| Pjaustyti pomidorai | D00 | 40 | |
| Nesaldinta arbata | G00 | 150 | |
| Sezoniniai vaisiai |  | 100 | |
| **Pietūs 12.10 val.\*** | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** | |
|
| Pupelių sriuba (augalinis) | Sr014 | 150 | |
| Orkaitėje keptos paukštienos šlaunelės (tausojantis) | P025 | 80 | |
| Virtos perlinės kruopos (tausojantis) | Gr017 | 120 | |
| Žiedinių kopūstų ir pomidorų salotos su tyru alyvuogių aliejumi | S012 | 60 | |
| Paprikos, brokoliai | D006 | 25/25 | |
| Vanduo su mėtomis | G009 | 150 | |
| **Priešpiečiai** | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** | |
|
| Obuoliai, bananai | U033 | | 105/65 |
| **Vakarienė 15.40 val.** | | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** | |
|
| Avižinių dribsnių bandelės su varške | U010 | 50 | |
| Morkų-obuolių sulčių drebučiai (augalinis) | U011 | 180 | |
| Pienas 2,5% |  | 100 | |

\* – neprivaloma nurodyti bendrojo ugdymo įstaigų valgiaraštyje

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | | |
| 1 savaitė |  |  |  |  |  |  |
| Antradienis  **Pusryčiai 8.40 val.** | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** |
|
| Brinkinti grikiai su prieskoninėmis žolelėmis (augalinis) | Kr027 | 200 |
| Vaisiai |  | 100 |
| Nesaldinta arbata | G003 | 150 |
| **Pietūs 12.10 val.\*** | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** |
|
| Žirnių sriuba (augalinis) | Sr015 | 150 |
| Orkaitėje kepti menkių file maltinukai (tausojantis) | Ž010 | 90 |
| Virti ryžiai su kariu | Gr002 | 120 |
| Burokėlių ir obuolių salotos su tyru alyvuogių aliejumi | S009 | 60 |
| Ridikėliai, brokoliai | D006 | 25/25 |
| Vanduo su vynuogėmis | G009 | 150 |
| **Priešpiečiai 10.00 val.** | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** |
|
| Bananai ir kriaušės | U031 | 110/70 |
| **Vakarienė 15.40 val.** | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** |
|
| Varškės ir morkų apkepas su natūraliu jogurtu 3,5% | V013 | 104/36/30 |
| Arbata | G004 | 150 |

\* – neprivaloma nurodyti bendrojo ugdymo įstaigų valgiaraštyje

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 savaitė |  |  |  |  |  |  |
| Trečiadienis  **Pusryčiai 8.40 val.** | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** |
|
| Pieniška avižinių kruopų košė su trintomis braškėmis ir sezamo sėklomis (tausojantis) | Kr011 | 200/10/1 |
| Ruginės duonos sumuštinis su sviestu 82% ,fermentiniu sūriu 45% ,pomidorais ir agurkais | U019 | 20/3/10/5/5 |
| Nesaldinta arbata | 003 | 150 |
| Sezoninių vaisių lėkštelė |  | 100 |
| **Pietūs 12.10 val.\*** | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** |
|
| Daržovių sriuba (augalinis) | Sr010 | 150 |
| Ruginė duona |  | 30 |
| Virtų bulvių cepelinai su kiauliena | 009 | 115/65 |
| Natūralus jogurtas 2,5% |  | 30 |
| Morkų lazdelės | Gr000 | 100 |
| Vanduo su obuoliais | G009 | 150 |
| **Priešpiečiai 10.00 val.** | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** |
|
| Natūralus jogurtas (3,5%) su kriaušėmis ir vyšniomis (tausojantis) | U033 | 125/62/62 |
| **Vakarienė 15.40 val.** | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** |
|
| Perlinis kuskusas su šparaginių pupelių troškiniu | D014-Kr000 | 150/190 |
| Nesaldinta arbata | 003 | 150 |

\* – neprivaloma nurodyti bendrojo ugdymo įstaigų valgiaraštyje

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | | |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | | |
| 1 savaitė |  |  |  |  |  |  |
| Ketvirtadienis  **Pusryčiai 8.40 val.** | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** |
|
| Pieniška kukurūzų košė su sviestu (82 %) ir vyšniomis (be kauliukų) | Kr006 | 200/5/15 |
| Sezoninių vaisių lėkštelė |  | 100 |
| Nesaldinta arbata | G003 | 150 |
| **Pietūs 12.10 val.\*** | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** |
|
| Trinta moliūgų sriuba augalinis) | Sr002 | 150 |
| Ruginė duona |  | 20 |
| Kiaulienos guliašas (tausojantis) | K006 | 56/29 |
| Žalių žirnelių ir bulvių košė | Gr021 | 66/54 |
| Kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis | S005 | 65 |
| Agurkai, pomidorai | D006 | 25/25 |
| Vanduo su avietėmis | G009 | 150 |
| **Priešpiečiai 10.00 val.** | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** |
|
| Bananai ir obuoliai | U033 | 105/65 |
| **Vakarienė 15.40 val.** | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** |
|
| Varškės apkepas su kriaušėmis, avižų sėlenomis, migdolų drožlėmis bei natūraliu jogurtu 3,5% (tausojantis) | V011 | 121/21/7//25 |
| Arbata su citrina | G004 |  |

\* – neprivaloma nurodyti bendrojo ugdymo įstaigų valgiaraštyje

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | | |
| 1 savaitė |  |  |  |  |  |  |
| Penktadienis  **Pusryčiai 8.40 val.** | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** |
|
| Perlinių kruopų košė su cukinijomis, prieskoniais (augalinis) | Kr025 | 200 |
| Ruginės duonos sumuštinis su agurkų-natūralaus jogurto padažu, salotomis ir virtais kiaušiniais | U022 | 20/5/5/10 |
| Pienas (2,5% ) | G002 | 100 |
| **Pietūs 12.10 val.\*** | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** |
|
| Barščių sriuba (augalinis) | Sr003 | 150 |
| Plovas su vištiena (tausojantis) | P023 | 147/73 |
| Plėšyti švieži salotų lapai | D000 | 20 |
| Agurkai, paprikos | D006 | 25/25 |
| Vanduo paskanintas citrinomis | G009 | 150 |
| **Priešpiečiai 10.00 val.** | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** |
|
| Bananai, obuoliai | U033 | 105/65 |
| **Vakarienė 15.40 val.** | | |
| **Patiekalo pavadinimas** | **Rp. Nr.** | **Išeiga** |
|
| Spelta miltų sklindžiai su obuoliais ir natūraliu jogurtu (3,5% ), paskanintu trintomis braškėmis | M003 | 140/15/15 |
| Nesaldinta arbata | G003 | 150 |

\* – neprivaloma nurodyti bendrojo ugdymo įstaigų valgiaraštyje

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_