

Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis
1 savaitė	1 savaitė	1 savaitė	1 savaitė	1 savaitė
PUSRYČIAI	PUSRYČIAI	PUSRYČIAI	PUSRYČIAI	PUSRYČIAI
Pieniška avižinių kruopų košė su trintomis braškėmis ir sezamo sėklomis (tausojantis) Lopš. 150/10/1g Darž. 200/10/1g (P, GLIT.) Viso grūdo batonas su sviestu 82% L 20/7g D 25/8g (GLIT.,P) Arbatžolių arbata (nesaldinta) L 150g D 200g	Kukurūzų košė su bananais ir šilauogėm (tausojantis, augalinis) Lopš. 150/15/15g Darž. 190/15/15g (P, GLIT.) Grikių traputis L 12g D 12g (GLIT.) Kakava su pienu (saldinta) L 150g D 200g (P)	Karštas sumuštinis su virta dešra, fermentiniu sūriu ir natūraliu pomidorų padažu Lopš. 30/30/12/8g Darž. 40/40/15/10g (GLIT.,P.) Vaisinė arbata (saldinta) L150g D 200g	Pieniška ryžių košė paskaninta sezoniniais vaisiais IR sviestu (tausojantis) Lopš. 150/15g Darž. 200/15 (GLIT., P) Viso grūdo batonas su sviestu L 20/7g D25/8g (GLIT.,P) Ramunėlių arbata (nesaldinta) L 150g D 200g	Manų košė su uogomis (tausojantis) Lopš. 150/5/15g Darž. 200/5/15g (GLIT.,P) Nesaldintas graikiškas jogurtas 9% su sezoniniais vaisiais L 105g D 140g (P) Melisų arbata (nesaldinta) L 150g D 200g
PIETŪS	PIETŪS	PIETŪS	PIETŪS	PIETŪS
Trinta lęšių sriuba (tausojantis, augalinis) L 100g D 150g (S) Grietinė 30% L 4g D 6g (P) Plovas su paukštiena (tausojantis) L 120g D 180g (GLIT.) Švieži agurkai (augalinis)(ne sezono metu marinuotas) L 30g D 40g Švieži pomidorai L 50g D 60g Vanduo L 150g D 200g Sezoniniai vaisiai, uogos ir daržovės	Baltųjų grikių kruopų sriuba (tausojantis, augalinis) L 100g D 150g (GLIT) Grietinė 30 % L 4g D 6g (P) Virtų bulvių plokštainis su kiauliena (tausojanits) (K,P) L120/40g D 150/50g Nesaldintas jogurtas L 20g D 20g (P) Daržovių lėkštelė (pomidoras, ridikėlis) L 40g D 50g Vanduo su citrina L 150g D200g Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	Burokėlių sriuba L 100g D 150g Nesaldintas jogurtas 9% L-5,D-6 (P) Paukštienos šnicelis (tausojantis) L 70g D 80g (K, GLIT) Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais ir alyvuogių aliejus (augalinis) L 50g D 60g Daržovių lėkštelė (pomidoras, ridikėlis) L 40g D 50g Kukurūzų makaronai (tausojantis) L 80g D 100g (GLIT) Vanduo Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	Pertinta moliūgų sriuba (tausojantis) L 100g D 150g (P) Grietinė 30% L 4g D 6g (P) Viso grūdo ruginė duona L 30g D 40g (GLIT.K) Karališkas balandėlis (tausojantis) L 68g D 86g (GLIT.K) Bulvės L 75g D 90g Švieži agurkai (augalinis),(ne sezono metu marinuotas) L 30g D 40g Rausvasis padažas L 20g D 25g (GLIT.,P) Vanduo su citrina Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės	Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) L100g D 150g Grietinė 30% L 4g D 6g (P) Viso grūdo ruginė duona L 25g D 30g (GLIT.,K) Žuvies maltinukai (tausojantis, jūros lydekos filė) L 70g D 80g (K, GLIT) Burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi L 70g D 90g Bulvių košė su ciberžole ir krapais (tausojantis) L 90g D 120g (P) Vanduo
VAKARIENĖ	VAKARIENĖ	VAKARIENĖ	VAKARIENĖ	VAKARIENĖ
Virti varškėtukai (tausojantis) L 110g D 150g (P,K) Grietinė 30% L 30g D 40g (P) Kminų arbata (nesaldinta) L150g D 200g Morkų lazdelės L50 D50	Omletas (tausojantis) L 70g D 85g (P,K) Šviežias pomidoras L 50g D 60g Konservuoti žirneliai L 30g D 40g Viso grūdo ruginė duona su sviestu 82% ir fermentiniu sūriu 45% L30/5/15g D35/6/17 (GLIT.,P) Arbatžolių arbata (nesaldinta) L 150g D200g	Virti skryliukai (tausojantis) L 100g D 120 g (GLIT.) Grietinė 30% L 30g D 40 g (P) Kefyro gėrimas su skoniais 0,4%L150g D 180g (P)	Orkaitėje kepti varškėčiai (tausojantis) L 85g D 100g (GLIT.P,K) Nesaldintas graikiškas jogurtas 9% L 30g D40g (P) Sultys 100% L 150g D 200g	Pieniška daržovių sriuba su makaronais (tausojantis) L100g D150g (P, GLIT.) Avižiniai sausainiai L 40g D40g (GLIT.) Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės

Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis
2 savaitė	2 savaitė	2 savaitė	2 savaitė	2 savaitė
PUSRYČIAI	PUSRYČIAI	PUSRYČIAI	PUSRYČIAI	PUSRYČIAI
<p>Kukurūzų makaronai su daržovių - grietinėlės 35% padažu (tausojantis) Lopš. 120/40g Darž.150/50g (G,P)</p> <p>Viso grūdo duona su sviestu 82% L 30/7g D35/8g (G,P)</p> <p>Juodoji arbata su citrina ir imbieru (saldinta) L150g D200g</p>	<p>Miežinė kruopų košė su bulvėmis (tausojantis) Lopš.150g Darž. 200g (P,G)</p> <p>Grūdėta varškė 7% su uogiene L 78g D78g (P)</p> <p>Melisų arbata (nesaldinta) L150g D200g</p>	<p>Pieniška kukurūzų košė su šilauogėm ir migdolų drožlėmis (tausojantis) Lopš. 120g Darž. 160g (P,G,R)</p> <p>Kepti orkaitėje sumuštiniai su varške 9% ir obuoliais L20/15/10g D28/20/14g (G, P)</p> <p>Pipirmetės arbata (nesaldinta) L150g D200g</p>	<p>Viso grūdo spelta miltų sklandžiai su obuoliais (tausojantis) Lopš. 90g Darž. 110g (P,G,K)</p> <p>Saldus grietinės 30% padažas (grietinė, uogienė) L40g D40g (P)</p> <p>Ramunėlių arbata L150g D200g</p>	<p>Pieniška ryžių košė paskaninta uogiene (tausojantis) L 150/15g D 200/15g (G,P)</p> <p>Viso grūdo duona su sviestu 82% L30/5g D35/6g (G,P)</p> <p>Vaisinė arbata (nesaldinta) L150g D200g</p>
PIETŪS	PIETŪS	PIETŪS	PIETŪS	PIETŪS
<p>Bulvių, morkų sriuba su miežinėmis kruopomis (tausojantis, augalinis) L100g D150g (G)</p> <p>Grietinė 35% L 6g D 8g(P)</p> <p>Vištienos kukuliai su sezamo sėklomis L 70g D 80g (SEZ.,K,G)</p> <p>Bulvės L75g D90g</p> <p>Pieno padaže troškintos morkos su konservuotais žirneliais L 60g D 75g (P, G)</p> <p>Daržovių lėkštelė (pomidoras, agurkas) L 40g D 50g</p> <p>Vanduo paskanintas uogomis</p> <p>Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės</p>	<p>Trinta batatų ir morkų sriuba L100g D150g (P)</p> <p>Kiaulienos šnicelis (tausojantis) L60g D90g (K,G)</p> <p>Pekino kopūstų sal. Su k. kukurūzais, porais, špinatais ir al. aliejumi (augalinis) L60g D80g</p> <p>Daržovių lėkštelė (agurkas, paprika) L40g D50g</p> <p>Pilno grūdo makaronai (tausojantis) L 80g D100g (G)</p> <p>Vanduo su citrina L150g D200g</p> <p>Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės</p>	<p>Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis, augalinis) L100g D150g (G)</p> <p>Grietinė 30% L-5;D-6</p> <p>Garuose virti jautienos kukuliai (tausojantis) L70g D80g (G,K)</p> <p>Bulvių košė su brokoliais (tausojantis) L80g D100g (P)</p> <p>Troškinti burokėliai L60g D70g (G,P)</p> <p>Vanduo</p> <p>Sezoniniai, vaisiai, uogos, daržovės</p>	<p>Trinta žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis) L100g D150g (G)</p> <p>Grietinė 30% L 4g D6g (P)</p> <p>Orkaitėje kepta laišos filė (tausojantis) L70g D80g (Ž)</p> <p>Bulvės L75g D90g</p> <p>Troškintos daržovės (tausojantis, augalinis) L70g D90g</p> <p>Vanduo su citrina</p> <p>Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės</p>	<p>Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (augalinis, tausojantis) L100g D150g</p> <p>Bulvių plokštainis L175g D220g (P)</p> <p>Grietinė 30% L30g D40g (P)</p> <p>Vanduo</p> <p>Sūrio lazdelė L 20G D 20 (P)</p> <p>Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės</p>
VAKARIENĖ	VAKARIENĖ	VAKARIENĖ	VAKARIENĖ	VAKARIENĖ
<p>Lietiniai su varškės 9% įdaru L 120g D 130g (G,P,K)</p> <p>Nesaldintas jogurtas 9% su trintomis uogomis L 30g D40g (P)</p> <p>Sūrio lazdelė L20g D40g (P)</p> <p>Vaisinė arbata (nesaldinta)</p>	<p>Orkaitėje kepta dešrelė L57g D57g</p> <p>Orkaitėje keptos bulvės su apelsinų sultimis (augalinis, tausojantis) L85g D100g</p> <p>Natūralus pomidorų padažas L10g D20g</p> <p>Sultys 100% L150g D200g</p>	<p>Virti varškėtukai (tausojantis) L110g D150g (P,G,K)</p> <p>Pieno kokteilis 2,5% su bananais ir braškėmis (tausojantis) L150g D180g (P)</p>	<p>Grikių košė su pienu ir sviestu 82% (tausojantis) L 150g D200g (G,P)</p> <p>Nesaldintas jogurtas 9% su sezoniniais vaisiais L90g D120g (P)</p> <p>Kmynų arbata L150g D200g</p>	<p>Virtas kiaušinis L60g D60g (K)</p> <p>Viso grūdo batonas su sviestu 82% L30/7g D35/8g (P,G)</p> <p>Juodoji arbata su citrina ir imbieru (saldinta)</p> <p>Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės</p>

Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis
3 savaitė	3 savaitė	3 savaitė	3 savaitė	3 savaitė
PUSRYČIAI	PUSRYČIAI	PUSRYČIAI	PUSRYČIAI	PUSRYČIAI
<p>Manų košė su cinamonu ir sviestu 82% (tausojantis) Lopš. 150g Darž. 200 (G,P)</p> <p>Kakava su pienu (saldinta) L150g D 200g (P)</p> <p>Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės</p>	<p>Perlinio kuskuso kruopų košė (tausojantis, augalinis) Lopš. 140g Darž. 170g (P,G)</p> <p>Grikių traputis L 6G D6g (G)</p> <p>Pienas 2,5% L150g D200g (P)</p>	<p>Viso grūdo spelta miltų lietiniai Lopš. 80g Darž. 100g (G,P,K)</p> <p>Trinta varškė 9% su braškėmis L 70g D 90g (P)</p> <p>Ramunėlių arbata (nesaldinta)</p>	<p>Grikių košė su pienu ir sviestu 82% (tausojantis) Lopš. 150g Darž. 200 (G,P)</p> <p>Viso grūdo batonas su sviestu ir virta dešra L 20/15g D25/20g(G,P)</p> <p>Ramunėlių arbata (nesaldinta) L150g D200g</p> <p>Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės</p>	<p>Pieniška avižinių kruopų košė su uogomis ir obuoliais (tausojantis,) Lopš. 150g Darž. 200g(P,G)</p> <p>Trintas bananų ir kriaušių kokteilis (augalinis, tausojantis) L 120g D 140g(P)</p>
PIETŪS	PIETŪS	PIETŪS	PIETŪS	PIETŪS
<p>Ryžių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis (augalinis, tausojantis) L100g D150g(G)</p> <p>Keptas jautienos kukulis (tausojantis) L60g D80g(K)</p> <p>Daržovių ir lęšių troškiny (augalinis, tausojantis) L100g D120g(SAL.)</p> <p>Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos (augalinis) L70g D90g</p> <p>Daržovių lėkštelė (ridikėlis, paprika) L40g D40g</p> <p>Vanduo</p> <p>Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės</p>	<p>Mėsiška šviežių/raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) L 100g D 150g</p> <p>Grietinė 30% L 4g D 6g(P)</p> <p>Duoniukai L 8g D 8g(GLIT)</p> <p>Paukštienos šlaunelių mėsos - daržovių troškiny (tausojantis) L140g D190g</p> <p>Šviežias agurkas/marinuotas agurkas L 30g D 40g</p> <p>Vanduo su citrina</p> <p>Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės</p>	<p>Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis) L100g D150g</p> <p>Grietinė 35%(P)</p> <p>Garuose virti kiaulienos kukuliai (tausojantis) L 70g D 80g (K,GLIT.)</p> <p>Bulvės L 75g D90g</p> <p>Šviežių/raugintų kopūstų salotos L50g D 70g</p> <p>Vanduo</p> <p>Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės</p>	<p>Tiršta daržovių sriuba (tausojantis, augalinis) L100g D150g</p> <p>Grietinė 35 % (P)</p> <p>Maltos žuvies kotletas L60 D70(K,GLIT.)</p> <p>Perlinių kruopų košė L80 D100 (GLIT.)</p> <p>Burokėlių salotos su žirneliais ir agurkais L50 D60</p> <p>Rausvasis padažas L20 D25(GLIT.,P)</p> <p>Vanduo</p> <p>Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės</p>	<p>Burokėlių ir pupelių sriuba (tausojantis) L100g D150g</p> <p>Grietinė 30% L-4 D-5 (P)</p> <p>Troškinta malta jautiena su viso grūdo makaronais (tausojantis) L 140g D180g(GLIT. K)</p> <p>Šviežias agurkas L30g D40g</p> <p>Vanduo su citrina</p> <p>Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės</p>
VAKARIENĖ	VAKARIENĖ	VAKARIENĖ	VAKARIENĖ	VAKARIENĖ
<p>Pikantiški bulvinukai (K,GLIT.,P.)(tausojantis) L140g D180g</p> <p>Grietinė 30% L25g D30g(P)</p> <p>Kmynų arbata (nesaldinta)</p>	<p>Virti ežiukai su varške 9% (P,K,GLIT.)(tausojantis) L120g D130g</p> <p>Grietinė 30% L 30g D40g(P)</p> <p>Arbatžolių arbata (nesaldinta)</p> <p>Sūrio lazdelėL-20,D-20 (P)</p>	<p>Varškės 9% ir ryžių apkepas (tausojantis) L120g D150g(K,P,GLIT.)</p> <p>Pieno kokteilis 2,5% su bananais ir braškėmis (tausojantis) L150g D180g(P)</p>	<p>Virti makaronai su fermentiniu sūriu 45% (tausojantis) L170g D200g(GLIT.,P)</p> <p>Natūralus pomidorų padažas L20g D25g</p> <p>Vaisinė arbata (saldinta)</p>	<p>Pieniška ryžių sriuba su sviestu L100g D150g (P)</p> <p>Viso grūdo pyragas su obuoliais L60g D80g(GLIT.,K.)</p> <p>Sezoniniai vaisiai, uogos, daržovės</p>