|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pirmadienis** | **Antradienis** | **Trečiadienis** | **Ketvirtadienis** | **Penktadienis** |
| Pusryčiai | Pusryčiai | Pusryčiai | Pusryčiai | Pusryčiai |
| Kvietinių kruopų košė su pienu (2,5 proc. rieb.), migdolų drožlėmis ir braškėmis (tausojantis)**150/200 (1,4)**Nesaldinta arbatžolių arbata **150/200**Sezoniniai vaisiai **70/80** | Perlinių kruopų košė (tausojantis) **150/200 (1,4)**Sezoniniai vaisiai **100/120**Pienas 2,5 proc. rieb. **150/180** | Miežinių kruopų košė (tausojantis) **150/200 (1,4)**Sezoniniai vaisiai **80/100**Nesaldinta žolelių arbata **150/200**  | Grikių kruopų košė (tausojantis) **150/200 (4)**Duona su sviestu ir fermentiniu sūriu **40/47 (1,4)**Nesaldinta kmynų arbata **150/200** | Avižinių dribsnių košė su bananais ir sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis) **150/200 (4)**Sezoniniai vaisiai **100/120**Nesaldinta kmynų arbata **150/200** |
| Pietūs | Pietūs | Pietūs | Pietūs | Pietūs |
| Daržovių sriuba su makaronais (augalinis) (tausojantis)**100/150**Kiaulienos kumpio -ryžių plovas (tausojantis) **150/200 (4)**Šviežių agurkų salotos su krapais **100/120**Švieži pomidorai **60/50**Vanduo su citrina **150/200** | Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis) **100/150**Pilno grūdo duona **20/20 (1)**Lašišos filė kotletai (tausojantis) **70/80 (1,2)**Bulvių košė (tausojantis) **60/80 (4)**Daržovių lazdelės (cukinija, paprika, morka) **100/110**  Vanduo su citrina **150/200** | Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis) **100/150 (1)**Kepti kalakutienos filė maltinukai su varške ir cukinija (tausojantis) **100/110 (2,4)**Virti grikiai (tausojantis) **80/80**Burokėlių-žirnelių salotos **100/110**Švieži agurkai **50/50**Vanduo su citrina **150/200** | Barščių sriuba su lęšiais (tausojantis) (augalinis) **100/150**Maltas vištienos filė šnicelis (tausojantis) **60/80 (1,2)**Žiedinių kopūstų ir ryžių troškinys su grietinėle (tausojantis) **80/100 (4)**Pomidorų-agurkų salotos su alyvuogių aliejumi **80/90**Vanduo su citrina **150/200** | Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)**100/150** Pilno grūdo duona **20/30 (1)**Bulvių plokštainis su kiaulienos nugarine**200/220 (2,4)**Grietinė 30 proc. rieb. **10/15 (4)**Daržovių lazdelės (cukinija, paprika, morka) **100/110**Agurkų lazdelės **50/60**Vanduo su citrina **150/200** |
| Vakarienė | Vakarienė | Vakarienė | Vakarienė | Vakarienė |
| Virti varškėtukai (9 proc. rieb.) (tausojantis) **120/145 (1,2,4)**Natūralus jogurtas 3,8 % **20/20 (4)**Trintos uogos (braškės) **15/30**Nesaldinta žolelių arbata **150/200** | Pieniška makaronų sriuba (tausojantis) **150/160 (1,4)**Pilno grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.), varškės sūriu (22 proc. rieb.) ir pomidorais (tausojantis) **60/70 (1,4)**Nesaldinta žolelių arbata **150/200** | Kepti varškėčiai (tausojantis) **120/160 (1,2,4)**Natūralus jogurtas 3,8 % **20/20 (2)**Trintos uogos (braškės) **15/30**Liofilizuotos braškės **10/10**Nesaldinta žolelių arbata **150/200** | Omletas (tausojantis) **100/120 (2,4)**Pilno grūdo duona **20/20 (1)**Marinuoti agurkėliai **25/30**Sezoniniai vaisiai **50/80**Nesaldinta arbatžolių arbata **150/200** | Trinta varškė (9 proc. rieb.) su kefyru ((2,5 proc. rieb.) paskaninta bananais ir uogomis **165/190 (4)**Skrebučiai **30/40 (1)** Nesaldinta žolelių arbata **150/200** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pirmadienis** | **Antradienis** | **Trečiadienis** | **Ketvirtadienis** | **Penktadienis** |
| Pusryčiai | Pusryčiai | Pusryčiai | Pusryčiai | Pusryčiai |
| Miežinių kruopų košė (augalinis)(tausojantis) **150/200 (1)**Sezoniniai vaisiai **70/90**Nesaldinta žolelių arbata **150/200** | Manų kruopų košė su cinamonu (tausojantis) **150/200 (1,4)**Sezoniniai vaisiai **90/150** Nesaldinta žolelių arbata **150/200** | Omletas su fermentiniu sūriu (tausojantis)**100/120 (2,4)**Pilno grūdo ruginė duona **20/20 (1)**Nesaldinta žolelių arbata **150/200**  | Pieniška ryžių košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir trintomis braškėmis (tausojantis) **150/200 (4)**Sezoniniai vaisiai **100/120**Nesaldinta žolelių arbata **150/200** | Pieniška (2,5 proc. rieb.) avižinių kruopų košė su cinamonu (tausojantis) **150/200 (1,4)**Sezoniniai vaisiai **80/100** Nesaldinta žolelių arbata **150/200** |
| Pietūs | Pietūs | Pietūs | Pietūs | Pietūs |
| Trinta moliūgų sriuba su skrebučiais (tausojantis) **100/150 (1,4)**Troškinta jautienos kumpis su daržovėmis (morkos, svogūnai, porai) (tausojantis) **100/120** Virti grikiai (tausojantis) **80/90**Rinkinukas (paprikos, agurkai) **120/140** Vanduo su citrina **150/200** | Barščių sriuba su lęšiais (tausojantis) (augalinis) **100/150**Grietinėlėje troškinta vištienos filė su morkomis (tausojantis) **100/120 (4)**Virti ryžiai (tausojantis) **80/90** Kopūstų-porų-obuolių salotos su alyvuogių aliejumi **100/120** Vanduo su citrina **150/200** | Raugintų kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis) **100/150** Grikių ir kiaulienos kumpio troškinys (tausojantis) **130/160** Vasaros salotos (agurkai, pomidorai, salotos) **130/150 (4)**Vanduo su citrina **150/200** | Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis) **100/150**Keptos vištienos šlaunelės (tausojantis) **70/80**Orkaitėje keptos bulvių skiltelės ir morkų lazdelės (augalinis) (tausojantis) **150/200**Rinkinukas (pomidorai-agurkai-paprika) **55/60** Vanduo su citrina **150/200** | Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)**100/150** Orkaitėje kepti jūros lydekos - lašišos filė maltinukai (tausojantis) **80/80 (1,2,3,4)**Bulvių košė (tausojantis) **60/60 (4)**Burokėlių salotos su obuoliais, porais ir aliejumi **75/100**Daržovių lazdelės (cukinija, paprika, morka) **70/110**Morkų lazdelės **60/60**Vanduo su citrina **150/200** |
| Vakarienė | Vakarienė | Vakarienė | Vakarienė | Vakarienė |
| Makaronai su sūriu (45-50 proc. rieb.) (tausojantis) **170/215 (1,4)** Konservuoti agurkai **30/40**Nesaldinta žolelių arbata **150/200** | Varškės (9 proc. rieb.) apkepas su kriaušėmis (tausojantis)**150/180 (1,2,4)**Natūralus jogurtas 3,8 % **20/20 (4)**Uogienė **15/15**Nesaldinta žolelių arbata **150/200** | Virtos pieniškos dešrelės **60/60**Pilno grūdo ruginė duona **20/30 (1)**Burokėlių salotos **85/100**Sezoniniai vaisiai **115/150** Nesaldinta kmynų arbata **150/200** | Virti varškėčiai ( 9 proc. rieb.) (tausojantis) **120/160 (1,2,4)**Natūralus jogurtas 3,8 % **20/20 (4)**Trintos uogos (braškės) **15/30**Nesaldinta kmynų arbata **150/200** | Virti pilno grūdo makaronai su varške ir braškėmis (tausojantis) **100/120 (1,4)**Batonas su tepamu sūreliu 50 proc. rieb. **35/50 (1,4)**Nesaldinta žolelių arbata **150/200** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pirmadienis** | **Antradienis** | **Trečiadienis** | **Ketvirtadienis** | **Penktadienis** |
| Pusryčiai | Pusryčiai | Pusryčiai | Pusryčiai | Pusryčiai |
| Miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)**150/200 (1,4)**Sezoniniai vaisiai **100/120**Nesaldinta žolelių arbata **150/200** | Avižinių dribsnių košė su bananais ir sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis) **150/200 (1,4)**Sezoniniai vaisiai **90/150** Nesaldinta žolelių arbata **150/200** | Manų kruopų košė su cinamonu (tausojantis) **150/200 (1,4)**Liofilizuotos braškės **10/10**Pienas (2,5 proc. rieb.) **100/120**  | Perlinių kruopų košė (tausojantis) **150/200 (1,4)**Sezoniniai vaisiai **80/100**Nesaldinta žolelių arbata **150/200** | Kvietinių kruopų košė su sviestu (82 rieb. proc.) (tausojantis) **150/200** **(1,4)**Sezoniniai vaisiai **100/120**Nesaldinta žolelių arbata **150/200** |
| Pietūs | Pietūs | Pietūs | Pietūs | Pietūs |
| Makaronų sriuba su vištiena (tausojantis) **100/150 (1)**Kiaulienos maltinis (tausojantis) **75/85 (2)** Virti grikiai (tausojantis) **80/80**Kopūstų-porų-obuolių salotos su alyvuogių aliejumi **100/120** Rinkinukas (pomidorai-agurkai-paprika) **55/60**Vanduo su citrina **150/200** | Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis) **100/150 (1)**Žemaičių blynai su kiaulienos ir jautienos kumpiu (tausojantis) **160/200 (2,4)**Grietinė 30 proc. rieb. **10/15 (4)** Daržovių lazdelės (cukinija, paprika, morka) **100/110** Agurkų lazdelės **50/60**Vanduo su citrina **150/200** | Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis) **100/150** Kalakutienos šlaunelių mėsos troškinys (tausojantis) **90/100 (2,4)**Virti makaronai (tausojantis) **70/80 (1)**Baltagūžių kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis **70/90** Rinkinukas (pomidorai-agurkai) **50/60**Vanduo su citrina **150/200** | Kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis) **100/150** Apkepas su lašiša (tausojantis) **110/130 (2,3,4)**Ryžių rizotas (tausojantis) **80/100 (4)**Burokėlių-žirnelių salotos **100/110**Traškios agurkų lazdelės **20/30**Vanduo su citrina **150/200** | Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis) **100/150** Pilno grūdo ruginė duona **-/20 (1)**Kapotos vištienos krūtinėlės file apkepas (tausojantis) **80/90 (1,2,4)**Virti grikiai (tausojantis) **80/80** Baltųjų ridikų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) **70/75**Agurkų lazdelės **50/60**Vanduo su citrina **150/200** |
| Vakarienė | Vakarienė | Vakarienė | Vakarienė | Vakarienė |
| Varškės (9 proc. rieb.) apkepas (tausojantis) **150/160 (1,2,4)**Natūralus jogurtas 3,8 % **20/20 (4)**Trintos uogos (braškės) **15/30**Nesaldinta žolelių arbata **150/200** | Pieniška (2.5 proc. rieb.) ryžių sriuba (tausojantis) **140/170 (4)**Batonas su tepamu sūreliu **45/60 (1,4)**Nesaldinta žolelių arbata **150/200** | Viso grūdo kvietinių miltų blynai su obuoliais **100/130 (1,2,4)**Natūralus jogurtas 3,8 % **20/20 (2)**Trintos braškės **20/30**Nesaldinta žolelių arbata **150/200** | Pieniška makaronų sriuba (tausojantis) **150/160 (1,4)**Bandelės **50/60 (1,2,4)**Nesaldinta žolelių arbata **150/200** | Lietiniai blynai įdaryti bananais **110/130 (1,2,4)**Natūralus jogurtas (2.5 proc. rieb.) su trintomis braškėmis **15/30 (4)**Nesaldinta žolelių arbata **150/200** |