



		Pusryčiai		Pietūs		Pavakariai	
1 SAVAITĖ	PIRMADIENIS	Miežinių kruopų košė (tausojantis)	200	Daržovių (žiedinis kopūstas, cukinija, svogūnas, morkos, bulvės) sriuba, grietinė (tausojantis)(augalinis)	150/5	Konv. krosnyje keptas bananinis varškės apkepas (tausojantis)	160
		Sviestas	5	Tamsi pilno grūdo duona	30	Trintos braškės	25
		Sezoninis vaisius	100	Vištienos šiaunų gabaliukai naminiame pomidorų padaže (tausojantis)	90/20	Natūralus jogurtas	25
		Nesaldinta žolelių arbata	200	Virti birūs griekiai (augalinis)(tausojantis)	90	Nesaldinta žolelių arbata	200
				Šviežių morkų salotos su sezamo sėklomis (augalinis)	90		
			Vanduo	200			
	ANTRADIENIS	Virtas kiaušinis (tausojantis)	1 vnt.	Šparaginių pupelių sriuba su pomidorais, grietine (tausojantis)(augalinis)	150/5	Konv. krosnyje kepti varškės ir sūrio keksiukai (tausojantis)	120 (2 vnt.)
		Sviestas	5	Tamsi pilno grūdo duona	30	Natūralus jogurtas	25
		Tamsi pilno grūdo duona	30	Maltos kiaušienos "Bolognese" su kvietiniais makaronais (tausojantis)	90/90	Kvietinis traputis	20
		Švieži pomidorai	50	Rauginti agurkai	90	Nesaldinta žolelių arbata	200
		Sezoninis vaisius	100	Vanduo	200		
		Nesaldinta žolelių arbata	200				
	TREČIADIENIS	Penkių grūdų košė (tausojantis)	200	Perlinių kruopų ir morkų sriuba, grietinė (tausojantis)(augalinis)	150/5	Ryžių dribsnių košė su razinomis (tausojantis)	190/10
		Sviestas	5	Tamsi pilno grūdo duona	30	Trintos vyšnios	20
		Sezoninis vaisius	100	Konv. krosnyje kepti jautienos maltinukai (tausojantis)	90	Pienas	150
		Nesaldinta žolelių arbata	200	Bulvių košė (tausojantis)	90		
				Jvairių kopūstų salotos "Coleslaw" su moliūgų sėklomis, sezamais ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	90		
			Vanduo	200			
	KETVIRTADIENIS	Kvietinių kruopų košė su sėlėnomis (tausojantis)	200	Raudonųjų lęšių ir morkų sriuba, grietinė (tausojantis)(augalinis)	150/5	Sukti lietiniai	100
		Sviestas	5	Tamsi pilno grūdo duona	30	Natūralus jogurtas	25
Sezoninis vaisius		100	Konv. krosnyje kepti lydekos ir menkės maltinukai (tausojantis)	80	Trintos braškės	25	
Nesaldinta žolelių arbata		200	Biri perlinių kruopų košė (augalinis)(tausojantis)	90	Pienas	150	
			Švieži pomidorai ir agurkai	45/45			
		Vanduo	200				
PENTADIENIS	Grikių kruopų košė (tausojantis)	200	Kreminė moliūgų sriuba (tausojantis)	150	Virti kvietiniai makaronai (tausojantis)	150	
	Sviestas	5	Šviesios duonos skrebučiai	15	Fermentinis sūris	15	
	Sezoninis vaisius	100	Konv. krosnyje keptas bulvių plokštainis (stambiai tarkuotų bulvių)(tausojantis)	160	Švieži agurkai	50	
	Nesaldinta žolelių arbata	200	Varškės ir žalumynų padažas (tausojantis)	60	Pik-Nik sūrio lazdelė	20	
			Virtų burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi (tausojantis)	90	Nesaldinta žolelių arbata	200	
		Vanduo	200				



		Pusryčiai		Pietūs		Pavakariai	
2 SAVAITĖ	PIRMADIENIS	Manų kruopų košė (tausojantis)	200	Agurkinė sriuba su ryžiais, grietinė (tausojantis)(augalinis)	150/5	Konv. krosnyje keptas varškės apkepas (tausojantis)	160
		Cinamonas (prie košės)	1	Tamsi pilno grūdo duona	30	Natūralus jogurtas	25
		Sviestas	5	Kalakutienos troškiny su griekiais, morkomis ir žalumynais (tausojantis)	100/70	Trintos braškės	25
		Sezoninis vaisius	100	Švieži pomidorai	90	Nesaldinta arbata	200
		Nesaldinta arbata	200	Vanduo	200		
	ANTRADIENIS	Trijų grūdų košė (tausojantis)	200	Trinta pomidorų ir cukinijų sriuba (tausojantis)	150	Konv. krosnyje kepti keksiukai su moliūgais ir obuoliais (tausojantis)	120 (2vnt.)
		Sviestas	5	Šviesios duonos skrebučiai	15	Trintos vyšnios	25
		Sezoninis vaisius	100	Lietiniai su kumpiu ir sūriu	100/60 (2 vnt.)	Natūralus jogurtas	25
		Nesaldinta žolelių arbata	200	Grietinė	20	Pienas	150
				Morkų ir obuolių salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	90		
			Vanduo	200			
	TREČIADIENIS	Konv. krosnyje keptas omletas (tausojantis)	110	Žirnių sriuba, grietinė (tausojantis)(augalinis)	150/5	Kepti morkų blynėliai	120 (2vnt.)
		Sviestas	5	Tamsi pilno grūdo duona	30	Natūralus jogurtas	25
		Tamsi pilno grūdo duona	30	Konv. krosnyje kepti vištienos šlaunų kepsneliai (tausojantis)	90	Geriamas jogurtas	150
		Švieži agurkai	50	Bulvių košė (tausojantis)	90		
		Sezoninis vaisius	100	Pekino kopūstų, agurkų ir ridikėlių salotos su alyvuogių aliejumi, krapais (augalinis)	90		
	Nesaldinta žolelių arbata	200	Vanduo	200			
	KETVIRTADIENIS	Kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	200	Burokėlių sriuba su pupelėmis, grietinė (augalinis)(tausojantis)	150/5	Daržovių (kopūstai, morkos, bulvės, paprikos, žali žirneliai) troškiny (tausojantis)	160
		Sviestas	5	Tamsi pilno grūdo duona	30	Arbatiniai traškučiai "Taler"	10
		Sezoninis vaisius	100	Konv. krosnyje kepti menkės kepsneliai (tausojantis)	80	Kefyras	150
Nesaldinta žolelių arbata		200	Virtas birus kuskusas (augalinis)(tausojantis)	90			
			Marinuotų kopūstų salotos su morkomis (augalinis)	90			
		Vanduo	200				
PENKTADIENIS	Avižinių dribsnių košė (tausojantis)	200	Šviežių daržovių (žiediniai kopūstai, cukinija, svogūnai, morkos) sriuba su makaronais, grietinė (tausojantis)	150/5	Virti varškėtukai (tausojantis)	150	
	Sviestas	5	Tamsi pilno grūdo duona	30	Natūralus jogurtas	25	
	Sezoninis vaisius	100	Konv. krosnyje kepti vištienos maltinukai su sezamo sėklomis (tausojantis)	90	Trinti serbentai	25	
	Nesaldinta žolelių arbata	200	Virti birūs ryžiai (augalinis)(tausojantis)	90	Nesaldinta žolelių arbata	200	
			Švieži agurkai	90			
		Vanduo	200				



		Pusryčiai		Pietūs		Pavakariai	
3 SAVAITĖ	PIRMADIENIS	Miežinių kruopų košė (tausojantis)	200	Šviežių kopūstų sriuba, grietinė (tausojantis)(augalinis)	150/5	Konv. krosnyje keptas citrininis varškės apkepas (tausojantis)	160
		Sviestas	5	Tamsi pilno grūdo duona	30	Natūralus jogurtas	25
		Sezoninis vaisius	100	Plovas su vištiena, morkomis ir petražolėmis (tausojantis)	100/70	Trintos vyšnios	25
		Nesaldinta žolelių arbata	200	Švieži agurkai	90	Nesaldinta žolelių arbata	200
				Vanduo	200		
	ANTRADIENIS	Avižinių dribsnių košė (tausojantis)	200	Burokėlių sriuba, grietinė (tausojantis)(augalinis)	150/5	Sukti lietiniai blynėliai	100 (2vnt.)
		Sviestas	5	Tamsi pilno grūdo duona	30	Natūralus jogurtas	25
		Sezoninis vaisius	100	Konv. krosnyje kepti kalakutienos maltinukai (tausojantis)	90	Trinti serbentai	25
		Nesaldinta žolelių arbata	200	Virtas birus kuskusas (augalinis)(tausojantis)	90	Pienas	150
				Pekino kopūstų, agurkų ir konservuotų kukurūzų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	90		
			Vanduo	200			
	TREČIADIENIS	Ryžių dribsnių košė (tausojantis)	200	Pomidorų sriuba su ryžiais, grietinė (augalinis)(tausojantis)	150/5	Konv. krosnyje kepti varškėčiai su obuoliais (tausojantis)	120 (2vnt.)
		Sviestas	5	Tamsi pilno grūdo duona	30	Natūralus jogurtas	25
		Sezoninis vaisius	100	Kiaulienos guliašas su morkomis (tausojantis)	90	Trintos braškės	25
		Nesaldinta žolelių arbata	200	Virtos bulvės su krapais (augalinis)(tausojantis)	90	Nesaldinta žolelių arbata	200
				Virtų burokėlių salotos su saulėgrąžomis ir alyvuogių aliejumi (augalinis)	90		
			Vanduo	200			
	KETVIRTADIENIS	Konv. krosnyje keksiukų formelėse keptas ometas (tausojantis)	120 (2vnt.)	Itališka daržovinė sriuba su makaronais "Minestrone", grietinė (augalinis)(tausojantis)	150/5	Virti kvietiniai makaronai (tausojantis)	150
		Sviestas	5	Tamsi pilno grūdo duona	30	Fermentinis sūris	15
		Tamsi pilno grūdo duona	30	Žuvies piršteliai	80	Naminis pomidorų padažas "Marinara" (augalinis)(tausojantis)	35
Konservuoti žalieji žirneliai (tausojantis)		50	Virti birūs griekiai (augalinis)(tausojantis)	90	Paprikų lazdelės	50	
Sezoninis vaisius		100	Šviežių morkų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis)	90	Pik-Nik sūrio lazdelė	20	
Nesaldinta žolelių arbata	200	Vanduo	200	Nesaldinta žolelių arbata	200		
PENKTADIENIS	Trijų grūdų košė (tausojantis)	200	Kreminė cukinijų sriuba (tausojantis)	150	Konv. krosnyje kepti keksiukai su bananais ir cinamonu (tausojantis)	120 (2vnt.)	
	Sviestas	5	Šviesios duonos skrebučiai	15	Natūralus jogurtas	25	
	Sezoninis vaisius	100	Konv. krosnyje kepti kiaulienos maltinukai "netikras zuikis" (tausojantis)	90	Trintos vyšnios	25	
	Nesaldinta žolelių arbata	200	Virti birūs ryžiai (augalinis)(tausojantis)	90	Pienas	150	
			Švieži agurkai	90			
		Vanduo	200				