

III SAVAITĖS MENIU

PIRMADIENIS**Pusryčiai**

Pieniška miežinė košė paskaninta sviesto gabalėliu (tausojantis).

Sausainiai.

Nesaldinta ramunėlių arbata.

Priešpiečiai

Sezoninių vaisių lėkštelė

Pietūs

Agurkinė sriuba su daržovėmis pagardinat grietine (tausojantis).

Pilno grūdo ruginė duona.

Kapotos vištienos šlaunelių mėsos plokštainis.

Plikyti ilgagrūdžiai ryžiai (tausojantis).

Šviežių morkų-žaliųjų žirnelių salotos su saulėgrąžų aliejumi (augalinis).

Vanduo.

Vakarienė

Virti pilno grūdo makaronai su trintu fermentiniu sūriu (tausojantis).

Arbatžolių arbata su citrina

ANTRADIENIS**Pusryčiai**

Pieniška 6-ų grūdų kruopų košė paskaninta gabalėliu sviesto (tausojantis).

Pienas.

Priešpiečiai

Sezoninių vaisių lėkštelė

Pietūs

Daržovių sriuba su makaronais ir vištienos sultiniu (tausojantis).

Ruginė juoda duona.

Konvekinėje krosnelėje keptas garuose vištienos filė suktinukas (tausojantis).

Virtos bulvės (tausojantis).

Šv. pjaustytas agurkas (augalinis).

Vanduo.

Vakarienė

Varškės-moliūgų pudingas su jogurtine grietine (tausojantis).

Nesaldinta kmynų arbata

TREČIADIENIS**Pusryčiai**

Pieniška kukurūzų košė su sviestu ir uogomis (tausojantis).

Nesaldinta metų arbata.

Priešpiečiai

Sezoninių vaisių lėkštelė

Pietūs

Trinta žirnių sriuba su daržovėmis ir batono skrebučiais (tausojantis).

Kiaulienos guliašas su žalumynais pagamintas garuose konvekinėje krosnelėje (tausojantis).

Virti griekiai (tausojantis).

Šv. pjaustytas pomidoras (augalinis).

Vanduo.

Vakarienė

Bulvių košė su a.r. dešrele (tausojantis)

Šv. burokėlių salotos pagardintos saulėgrąžų aliejumi (augalinis)

Kefyras

KETVIRTADIENIS**Pusryčiai**

Pieniška manų košė pagardinta sviesto gabaliuku ir cinamonu (tausojantis)

Traškučiai

Nesaldinta kmynų arbata

Priešpiečiai

Sezoninių vaisių lėkštelė

Pietūs

Burokėlių sriuba su daržovėmis ir vištienos sultiniu pagardinta grietine (tausojantis).

Pilno grūdo ruginė duona.

Konvekinėje krosnelėje keptas garuose jautienos maltinukas (tausojantis).

Perlinis kuskusas (tausojantis).

Plėšytos Aisberg salotos su agurkais ir saulėgrąžų aliejumi (augalinis).

Vanduo.

Vakarienė

Obuolių blynėliai su trintomis uogomis.

Pienas.

PENKTADIENIS**Pusryčiai**

Pieniška ryžių košė pagardinta sviesto gabaliuku ir uogiene (tausojantis)

Nesaldinta vaisinė arbata.

Priešpiečiai

Sezoninių vaisių lėkštelė

Pietūs

Pupelių sriuba su daržovėmis, pagardinta grietine (tausojantis).

Pilno grūdo ruginė duona

Ledjūrio menkės filės suflė pagaminta konvekinėje krosnelėje garuose (tausojantis).

Bulvių košė (tausojantis).

Mėlynųjų ir baltagūžių kopūstų salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis).

Vanduo.

Vakarienė

Rankų darbo naminės bandelės su cinamonu, keptos konvekinėje krosnelėje.

Natūralus jogurtas

Nesaldinta žolelių arbata



SKANAUS!