|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| L-d „Žilvitis“**VALGIARAŠTIS**II savaitė | **PIRMADIENIS** | **ANTRADIENIS** |
| PUSRYČIAI Grikių kruopų košė su sviestu Duoniukai su morkų užtepėleNesaldinta arbatžolių arbataPRIEŠPIEČIAIVaisiai\*PIETŪSBulvių sriuba su mėsos kukulaičiaisRuginė duona Mažylių balandėliai su kiaulienaBulvėsPomidorų salotos su alyvuogių aliejumiVanduo su citrinaVAKARIENĖSklindžiaiTrintas šaldytų uogų padažasNesaldinta arbatžolių arbataNAKTIPIEČIAI (Savaitinėms grupėms)Trinta daržovių sriubaDuoniukai su lyditu sūriu | PUSRYČIAIAvižinių dribsnių košė su bananais ir sviestuSaldinta kakava su pienuPRIEŠPIEČIAIVaisiai\*PIETŪSBarščiai su bulvėmis ir grietineRuginė duonaTroškinta vištienaVirti ryžiaiMorkų salotos su saulėgrąžomis ir alyvuogių aliejumiPomidoraiSultysVAKARIENĖVarškės kukulaičiaiSviesto grietinės padažasNesaldinta arbatžolių arbataNAKTIPIEČIAI (Savaitinėms grupėms)Bulvių, morkų ir žirnelių troškinysKefyras |
| **TREČIADIENIS** | **KETVIRTADIENIS** | **PENKTADIENIS** |
| PUSRYČIAIKvietinių kruopų košė su sviestuDuoniukai su pupelių užtepėleNesaldinta kmynų arbataPRIEŠPIEČIAIVaisiai\*PIETŪSRyžių sriuba su vištienos gabaliukais ir grietineRuginė duonaVirti kalakutienos kukuliaiKeptų daržovių padažasBulvių košė su ciberžolePekino kopūstų-agurkų salotos su alyvuogių aliejumiVanduo su citrinaVAKARIENĖLietiniai su bananaisGraikiško jogurto ir uogienės padažasNesaldinta arbatžolių arbataNAKTIPIEČIAI (Savaitinėms grupėms)Duona su virta dešraPomidoraiŽolelių arbata | PUSRYČIAIMiežinių kruopų košė su sviestuSūrio lazdelėsNesaldinta arbatžolių arbata su citrinaPRIEŠPIEČIAIVaisiai\*PIETŪSPupelių sriuba su grietineRuginė duonaNetikras zuikis (kiauliena)BulvėsKopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi Vanduo su apelsinuVAKARIENĖPieniška ryžių sriubaRiestainisNAKTIPIEČIAI (Savaitinėms grupėms)Virta vištienaMorkų salotos su alyvuogių aliejumiDuoniukaiArbatžolių arbata | PUSRYČIAIKiaušinių košėŠv.agurkų-pomidorų salotos su alyvuogių aliejumiŠviesi duona su sviestuSaldinta kakava su pienuPRIEŠPIEČIAIVaisiai\*PIETŪSKopūstų sriubai su bulvėmis ir grietineRuginė duonaKeptas žuvies maltinis Troškinti ryžiai su ciberžoleBurokėlių salotos su žirneliais ir alyvuogių aliejumiŠvieži agurkaiVanduo su citrinaVAKARIENĖVirti makaronai su sviesto grietinės padažuArbatžolių arbataNAKTIPIEČIAI (Savaitinėms grupėms)Natūralus jogurtasSausainiai |

\*Vaisiai – kasdien skirtingi