

Valgiaraštis

2026 m. Rugpjūtis 31 d. - Rugsėjis 4 d.

Pirmadienis 2026-08-31	Antradienis 2026-09-01	Trečiadienis 2026-09-02	Ketvirtadienis 2026-09-03	Penktadienis 2026-09-04
ΨP Pusryčiai				
- Virtas kiaušinis 60g/60g - Duona su sviestu 30/5g-30/5g - Arbata su pienu 100g/150g - Vaisiai 100g/100g - Šviežias agurkas 25g/25g	- Grikių kruopų košė su sviestu 150/5g-200/5g - Kepti sumuštiniai su fermentiniu sūriu 20/5/15g-20/5/15g - Arbata 100g/150g	- Perlinių kruopų košė su sviestu 150g/200g - Keksiukai(kepti vietos viruvėje) 30g/60g - Arbata su citrina 100g/150g - Vaisiai 100g/100g - Daržovių lėkštelė 80g/80g(pagal sezoną)	- Avižinių dribsnių košė su sviestu 150/5g-150/5g - Kmynų arbata 100g/150g - Vaisiai 100g/100g	- Ryžių kruopų košė 150g/200g - Uogienė 15g/20g - Traškučiai 20g/20g - Vaisinė arbata 100g/150g - Vaisiai 100/100
ΨP Pietūs				
- Daržovių sriuba 150g/200g - Duona 30g/30g - Makaronai su mėsos padažu 150g/73g-200g/49g - Šv.daržovės:pomidorai ir agurkai 60g/60g	- Žirnių kruopų sriuba su mėsa 100g-23g/150g-40g - Duona30/30 - Paukštienos šnicelis 65g/85g - Bulvių-morkų košė 80g/100g - Šv.daržovės:kopūstas, agurkai 50g/50g	- Burokėlių sriuba 100g/150g - Duona30/30 - Dičkukuliai su mėsa 150/50g-200/60g - Grietinės-sviesto padažas 20g/20g - cukinija,	- Kopūstų sriuba 100g/150g - Duona30/30 - Kiaulienos-paukštienos maltinis 70g/90g - Virtos bulvės 80g/80g - Šv.agurkai,pomidorai, 50g/50g	- Pomidorinė su mėsos kukuliais 100/18g-150/24g - Duona30/30 - Kepta žuvis 55g/75g - Grikių kruopų košė 50/5g-100/5g - Šv.agurkai,konservuoti agurkai,kons.kukurūzai 70g/70g
ΨP Vakarienė				
- Varškės apkepas 150g/200g - Grietinė 20g/20g - Vaisių gėrimas be cukraus 100g/150g	- Sklindžiai su varške 100g/150g - Grietinės 15g/20g - Šaldytos šviežios uogos(uogienė) 15g/20g - Vaisių gėrimas be cukraus 100g/150g	- Kepti varškėčiai 100g/150g - Grietinė, 20g/20g - Uogienė 15g/20g - Vaisių gėrimas be cukraus 100g/150g	- Užkepėlė su dešrelėmis ir fermentiniu sūriu 100g/150g - Šv.agurkai,pomidorai, 50g/50g - Vaisių gėrimas be cukraus 100g/150g	- Virti makaronai su sviestu 120/5g/160/5g - Šv.agurkai,pomidorai, 50g/50g - Vaisių gėrimas be cukraus 100g/150g

Valgiaraščio pastabos