



4 – 7 metų vaikų valgiaraštis (III savaitė)

Liepos 5 - 9 d.

Pirmadienis

Pusryčiai

Kvietinių kruopų košė su sviestu (tausojantis) 150/2 g
Sezoniniai vaisiai 100 g
Nesaldinta arbata su citrina 150 g

Pietūs

Perlinių kruopų sriuba su morkomis ir svogūnais
(augalinis) (tausojantis) 150 g

Kiaulienos kukulis, įdarytas džiovintais vaisiais
(tausojantis) 75/5 g

Brinkintų grikių kruopos (augalinis) (tausojantis) 75 g
Burokėlių ir obuolių salotos su alyvuogių aliejumi 80 g
Vanduo su apelsinu 150 g

Vakariėnė

Šviežių daržovių salotos 110 g
Sumuštinis su virta vištiena, pomidoru ir fermentiniu sūriu
65 g
Nesaldinta vaisinė arbata 200 g

Trečiadienis

Pusryčiai

Grikių košė su sviestu (tausojantis) 160/5 g
Pienas 2,5% 200 g
Sezoniniai vaisiai 100 g

Pietūs

Žirnių sriuba su bulvėmis, morkomis ir porais (augalinis)
(tausojantis) 150 g

Lietiniai blynai su vištienos šlaunelių mėsa 115/45 g
Grietinė 30% 15 g

Agurkų griežinėliai 140 g
Nesaldinta arbata su citrina 150 g

Vakariėnė

Virti varškėčiai su sviestu (tausojantis) 165/5 g
Vanduo su apelsinu 150 g

Ketvirtadienis

Pusryčiai

Kuskuso košė, pagardinta sviestu ir cinamonu (tausojantis)
144,5/5/0,5.
Sezoniniai vaisiai 100 g
Nesaldinta žolelių arbata 150 g

Pietūs

Daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis) 150 g
Žemaičių blynai 178/72 g
Grietinė 30% 15 g
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkas, morkų lazdelės) 140 g
Nesaldinta arbata 150 g

Vakariėnė

Dribsniai su pienu (tausojantis) 150 g
Duona su tepamu lydytu sūreliu 40/30 g

Penktadienis

Pusryčiai

Ryžių košė su sviestu (tausojantis) 180/5 g
Nesaldinta arbata 150 g
Sezoniniai vaisiai 200 g

Pietūs

Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)
150 g

Vištienos file guliašas (tausojantis) 140 g

Bulvių košė (tausojantis) 100 g

Morkų salotos su česnakais ir alyvuogių aliejumi
100 g

Pomidorų skiltelės 60 g

Vanduo su citrina 150 g

Vakariėnė

Varškės (9%) apkepas (tausojantis) 120 g
Pieno kokteilis su uogomis ir vaisiais 130 g

Skambinti maisto saugos ir sudėties klausimais:

Maitinimo organizavimo specialistei: tel.nr. +370

61778988 arba rašyti el. paštu:

auguste.kasparaitė@kaunovsb.lt

Valstybinei maisto ir veterinarijos tarnybai:

nemokama telefono linija 8 800 404 03 (visą parą)