



# 1,5 – 3 metų vaikų valgiaraštis (III savaitė)

## Liepos 5 - 9 d.

### Pirmadienis

#### **Pusryčiai**

Kvietinių kruopų košė su sviestu (tausojantis) 140/2 g  
Sezoniniai vaisiai 100 g  
Nesaldinta arbata su citrina 150 g

#### **Pietūs**

Perlinių kruopų sriuba su morkomis ir svogūnais  
(augalinis) (tausojantis) 100 g  
Kiaulienos kukulis, įdarytas džiovintais vaisiais  
(tausojantis) 65/5 g

Brinkintų grikių kruopos (augalinis) (tausojantis) 55 g  
Burokėlių ir obuolių salotos su alyvuogių aliejumi 70 g  
Vanduo su apelsinu 150 g

#### **Vakarienė**

Šviežių daržovių salotos 110 g  
Sumuštinis su virta vištiena, pomidoru ir fermentiniu sūriu  
60 g  
Nesaldinta vaisinė arbata 150 g

### Trečiadienis

#### **Pusryčiai**

Grikių košė su sviestu (tausojantis) 155/5 g  
Pienas 2,5% 100 g  
Sezoniniai vaisiai 100 g.

#### **Pietūs**

Žirnių sriuba su bulvėmis, morkomis ir porais (augalinis)  
(tausojantis) 100 g  
Lietiniai blynai su vištienos šlaunelių mėsa 80/30 g  
Grietinė 30% 15 g  
Agurkų griežinėliai 140 g  
Nesaldinta arbata su citrina 150 g

#### **Vakarienė**

Virti varškėčiai su sviestu (tausojantis) 137/3 g  
Vanduo su apelsinu 150 g

### Ketvirtadienis

#### **Pusryčiai**

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

#### **Pietūs**

Daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis) 100 g  
Žemaičių blynai 155/45 g  
Grietinė 30% 15 g  
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkas, morkų lazdelės) 140 g  
Nesaldinta arbata 150 g

#### **Vakarienė**

Dribsniai su pienu (tausojantis) 150 g  
Duona su tepamu lydytu sūreliu 25/14 g

### Penktadienis

#### **Pusryčiai**

Ryžių košė su sviestu (tausojantis) 180/5 g  
Nesaldinta arbata 150 g  
Sezoniniai vaisiai 100 g

#### **Pietūs**

Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)  
100 g  
Vištienos file guliašas (tausojantis) 120 g  
Bulvių košė (tausojantis) 70 g  
Morkų salotos su česnakais ir alyvuogių aliejumi  
100 g  
Pomidorų skiltelės 20 g  
Vanduo su citrina 150 g

#### **Vakarienė**

Varškės (9%) apkepas (tausojantis) 110 g  
Pieno kokteilis su uogomis ir vaisiais 120 g

### **Skambinti maisto saugos ir sudėties klausimais:**

Maitinimo organizavimo specialistei: tel.nr. +370

61778988 arba rašyti el. paštu:

[auguste.kasparaite@kaunovs.lt](mailto:auguste.kasparaite@kaunovs.lt)

Valstybinei maisto ir veterinarijos tarnybai:

nemokama telefono linija 8 800 404 03 (visą parą)