

Valgiaraštis

2026 m. Spalis 5 - 9 d.

Pirmadienis 2026-10-05	Antradienis 2026-10-06	Trečiadienis 2026-10-07	Ketvirtadienis 2026-10-08	Penktadienis 2026-10-09
ΨP Pusryčiai				
- Pieniška penkių grūdų košė su sviestu, braškėmis:lopšelis-150/4/15; darželis-200/5/20 - Lopšeliui-jogurtas 125, darželiui-grikių trapučiai-15 - Arbatžolių arbata su citrina be cukraus: lopšelis-100/6; darželis-150/8 - Obuoliai: lopšelis: lopšelis-100; darželis-100	- Virti makaronai viso grūdo su daržovėmis (augalinis): lopšelis-150/15, darželis-180/20 - Sausainiai "Saulėgrąža": lopšelis-30, darželis-40 - Arbatžolių arbata be cukraus: lopšelis-100, darželis-150 - Kriaušės: lopšelis-100, darželis-100	- Pieniška sorų kruopų košė su sviestu, obuoliais: lopšelis-150/4/20, darželis-200/5/30 - Batonas kvietinis su sviestu, fermentiniu sūriu: lopšelis-20/7/15, darželis-30/8/18 - Kmynų arbata be cukraus: lopšelis-100, darželis-150 - Melionai: lopšelis-100, darželis-100	- Virtas kiaušinis su konservuotais žirneliais: lopšelis-60/30, darželis-60/40 - Duona šviesi su sėklomis, su sviestu: lopšelis-20/7, darželis-30/8, kakava su pienu: lopšelis-100, darželis-150 - Obuoliai: lopšelis-100, darželis-100	- Kvietinių kruopų košė su morkomis, saulėgrąžomis (augalinis): lopšelis-150/3, darželis-200/4 - Plėšomos sūrio lazdelės: lopšelis-20, darželis-40 - Arbatžolių arbata su citrina be cukraus: lopšelis-100/6, darželis-150/8 - Bananai: lopšelis-100, darželis-100
ΨP Pietūs				
- Agurkinė sriuba (augalinis): lopšelis-150; darželis-200,duona juoda: lopšelis-20, darželis-30 - Kalakutienos šlaunelių maltiniai: lopšelis-60; darželis-80 - Birūs grikiai su sviestu: lopšelis-40/5; darželis-50/6 - Kopūstų salotos su paprika, pagardintos saulėgrąžų aliejumi, agurkai, pomidorai: lopšelis-50/20/20, darželis-60/25/25 - Stalo vanduo, paskanintas melionais: lopšelis-100/5; darželis-105/8	- Burokėlių sriuba su grietine, duona tamsi su sėklomis: lopšelis-150/4/20, draželis-200/5/30 - Kiaulienos kumpio maltiniai: lopšeliui-60, kiaulienos kumpio guliašas: darželiui-80/40 - Bulvių košė su sviestu: lopšelis-40/5, darželis-50/5 - Rauginti agurkai, paprika, plėšyti salotų lapai: lopšelis-25/25/25, darželis-30/30/30 - Stalo vanduo su apelsinais: lopšelis-100/5, darželis-150/7	- Špinatų sriuba (augalinis) duona tamsi su sėklomis: lopšelis-150/4/20, darželis-200/5/30 - Vištienos šlaunelių maltiniai: lopšeliui-60, vištienos šlaunelės keptos- darželiui-80 - Biri ryžių kruopų košė su sviestu: lopšelis-40/5, darželis-50/6 - Morkų salotos, paskanintos saulėgrąžų aliejumi, paprika, cukinija: lopšelis-50/20/20, darželis-60/25/25 - Stalo vanduo, paskanintas citrina: lopšelis-100/5, darželis-150/7	- Kopūstų sriuba su grietine, duona tamsi su sėklomis: lopšelis-150/4/20, darželis-200/5/30 - Žuvies file kepsneliai: lopšelis-60, darželis-80 - Burokėlių salotos su pupelėmis, paskanintos saulėgrąžų aliejumi ir citrina, pomidorai, agurkai: lopšelis-50/20/20, darželis-60/25/25 - Stalo vanduo, paskanintas mėtomis: lopšelis-100/5, darželis-150/7	- Trinta žalių žirnelių sriuba su grietine, skrebučiai: lopšelis-150/5/8, darželis-200/7/10 - Karališki balandėliai, troškinti grietinėlės-pomidorų padaže: lopšelis-80/10, darželis-100/14 - Virtos bulvės su sviestu: lopšelis-40/5, darželis-50/6 - Lapinės salotos su paprika, paskanintos saulėgrąžų aliejumi, citrina, pomidorai, cukinija: lopšelis-50/20/20, darželis-60/25/25 - Stalo vanduo, paskanintas mandarinais: lopšelis-100/5, darželis-150/7
ΨP Vakarienė				

Pirmadienis 2026-10-05	Antradienis 2026-10-06	Trečiadienis 2026-10-07	Ketvirtadienis 2026-10-08	Penktadienis 2026-10-09
• Varškės-ryžių apkepas: lopšelis-100; darželis-150 • Natūralus jogurtas 3,8%: lopšelis-20; darželis-30, trintos braškės: lopšelis-20, darželis-30 • Arbata vaisinė be cukraus: lopšelis-100; darželis-150 • Priešmokyklinukams: (papildomai prie nemokamų pietų): bandelė cinamoninė	• Biri grikių kruopų košė su sviestu: lopšelis-150/4, darželis-200/5 • Pienas: lopšelis-100, darželis-150 • Obuoliai: lopšelis-100, darželis-100 • Priešmokyklinukams: varškės sūreliai su braškėmis	• Kefyriniai blynai: lopšelis-100, darželis-120 • Grietinės padažas, trintos uogos: lopšelis-20/20, darželis-30/30 • Arbatžolių arbata su citrina be cukraus: lopšelis-100/6, darželis-150/8 • Priešmokyklinukams: bandelė aguoninė pilno grūdo kvietiniais miltais	• Biri ryžių kruopų košė su daržovėmis (augalinis): lopšelis-150, darželis-200 • Natūralus jogurtas, arbatžolių arbata be cukraus: lopšelis-125/100, darželis-125/150 • Apelsinai: lopšelis-100, darželis-100 • Priešmokyklinukams: bananai	• Virtuvės meistrų kepta bandelė: lopšelis-50, darželis-60 • Pienas: lopšelis-100, darželis-150 • Obuoliai: lopšelis-80, darželis-80 • Priešmokyklinukams: sūris "Piknik"

 Valgiaraščio pastabos