Valgiaraštis

2026 m. Lapkritis 9 - 13 d.

Pirmadienis 2026-11-09	Antradienis 2026-11-10	Trečiadienis 2026-11-11	Ketvirtadienis 2026-11-12	Penktadienis 2026-11-13
Pusryčiai				
• Pieniška kukurūzų kruopų košė su sviestu, kriaušėmis: lopšelis-150/4/15, darželis-200/5/20 • Plėšomos sūrio lazdelės, arbatžolių arbata su citrina be cukraus: lopšelis-20/100/6, darželis-40/150/8 • Obuoliai: lopšelis-100, darželis-100	• Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu, saulėgrąžomis: lopšelis-150/4/3, darželis-200/5/4 • Duona pilno grūdo su sviestu, : lopšelis-20/7, darželis-30/8 • Vaisinė arbata, kriaušės: lopšelis-100/100, darželis-150/100	• Biri grikių kruopų košė su daržovėmis (augalinis): lopšelis-150, darželis-200 • Varškės sūris: kakava su pienu: lopšelis-30/100, darželis-40/150 • Apelsinai: lopšelis-100, darželis-100	• Pieniška kuskuso kruopų košė su sviestu, trintomis braškėmis: lopšelis-150/4/15, darželis-200/5/20150 • Natūralus jogurtas, vaisinė arbata be cukraus: lopšelis-125/100, darželis-125/150 • Parama: morkos	• Pieniška avižinių dribsnių košė su sviestu, bananais: lopšelis-130/4/20, darželis-170/5/30 • Duona šviesi su sėklomis, su sviestu, pomidoru: lopšelis-20/7/20, darželis-30/8/25, kakava su pienu: lopšelis-100, darželis-150, arbatžolių arbata su citrina be cukraus: lopšelis-100/6, darželis-150/8 • Parama: obuoliai
Pietūs				
• Žirnių sriuba (augalinis), duona tamsi su sėklomis: lopšelis-150/20, darželis-200/30 • Ryžių kruopų plovas su kiaulienos sprandine, sviestu: darželis-120/60/5, lopšeliui-kiaulienos sprandinės maltiniai, biri ryžių kruopų košė su sviestu-60/40/5 • Paprika, pomidorai, rauginti agurkai: lopšelis-25/25/25, darželis-30/30/30 • Stalo vanduo, paskanintas apelsinais: lopšelis-100/5, darželis-150/7	• Trinta briuselio kopūstų sriuba (augalinis), duona šviesi su sėklomis: lopšelis-150/20, darželis-200/30 • Bulvių plokštainis su vištienos šlaunelių faršu, grietinės padažas: lopšelis-120/15, darželis-150/20 • Pomidorai, agurkai: lopšelis-35/35, darželis-40/40 • Stalo vanduo, paskanintas obuoliais: lopšelis-100/5, darželis-150/7	• Barščių sriuba su grietine, duona ruginė: lopšelis-150/20, darželis-200/30 • Veršienos kumpio kukuliai, troškinti grietinėlės- pomidorų padaže-lopšeliui-60/10, darželiui-veršienos kumpio befstrogenas, troškintas grietinėlės-pomidorų padaže-80/15 • Makaronai su sviestu: lopšelis-50/5, darželis-60/6 • Agurkai, cukinija, paprika: lopšelis-25/25/25, darželis-30/30/30 • Stalo vanduo su kriaušėmis: lopšelis-100/5, darželis-150/7	• Bulvių su miežinėmis kruopomis sriuba (augalinis), duona tamsi su sėklomis: lopšelis-150/20, darželis-200/30 • Jūros lydekos file- upėtakio file maltiniai: lopšelis-60, darželis-80 • Brokolių salotos, paskanintos saulėgrąžų aliejumi, citrina, cukinija, pomidorai: lopšelis-50/20/20, darželis-60/25/25 lopšelis-50/20/20, darželis-60/25/25 • Stalo vanduo su braškėmis: lopšelis-100/5, darželis-150/7	• Kopūstų sriuba su pomidorais (augalinis),duona tamsi su sėklomis: lopšelis-150/20, darželis-200/30 • Kalakutienos šlaunelių maltiniai-lopšeliui-60, darželiui-kalakutienos file lazdelės-80 • Virtos bulvės su sviestu: lopšelis-40/5, darželis-50/6 • Paprika, cukinija, plėšyti salotų lapai: lopšelis-25/25/25, darželis-30/30/30 • Stalo vanduo su vynuogėmis: lopšelis-100/5, darželis-150/7
Vakarienė				

Pirmadienis 2026-11-09	Antradienis 2026-11-10	Trečiadienis 2026-11-11	Ketvirtadienis 2026-11-12	Penktadienis 2026-11-13
• Kepti varškėčiai su morkomis, jogurto padažas, trintos braškės: lopšelis-120/20/20, darželis-150/30/30 • Vaisinė arbata, bananai: lopšelis-100/80, darželis-150/80 • Priešmokyklinukams: bandelė su obuoliais	• Pieniška perlinio kuskuso kruopų sriuba su sviestu, batono skrebutis: lopšelis-150/2/20, darželis-200/3/30 • Obuoliai: lopšelis-80, darželis-80 • Priešmokyklinukams: varškės sūreliai su braškėmis	• Omletas su fermentiniu sūriu: lopšelis-80/10, darželis-100/12, rauginti agurkai, pomidorai: lopšelis-35/35, darželis-40/40 • Duona šviesi su sėklomis, su sviestu: lopšelis-20/7, darželis-30/8, arbatžolių arbata su citrina be cukraus: lopšelis-100/6, daželis-150/8 lopšelis-100, darželis-150 • Priešmokyklinukams: bananai	• Lietiniai blynai, grietinės padažas, trintos uogos: lopšelis-100/20/20, darželis-120/30/30 • Arbatžolių arbata be cukraus: lopšelis-100, darželis-150, obuoliai: lopšelis-100, darželis-100 • Priešmokyklinukams: kefyro desertas	• Makaronai su vištienos šlaunelių faršu, sviestu, daržovėmis: lopšelis-150/4, darželis-200/5 • Pomidorai, agurkai: lopšelis-35/35, darželis-40/40, žolelių arbata be cukraus: lopšelis-100, darželis-150 • Priešmokyklinukams: bandelė su cinamonu

Valgiaraščio pastabos