Valgiaraščio vertinimo pažyma Nr. VVP- 5923, 2018-08-13

**Lopšelis - darželis ,,Želmenėlis“ Valgiaraščiai 20 dienų**

|  |
| --- |
| **Darbo laikas 7.30-18.00 val. Trečia savaitė 1-3 metų** |
| **PIRMADIENIS** | **ANTRADIENIS** | **TREČIADIENIS** | **KETVIRTADIENIS** | **PENKTADIENIS** |
| **Pusryčiai 8.30** |
| Kvietinių kruopų košė (tausojantis) 150Sviestas 6Morkų lazdelės arba tarkuotos morkos 50Žolelių arbata nesaldinta 150Vaisiai / Vaisių glotnutis 120/156  | Tiršta penkių javų dribsnių košė (tausojantis) 150Sviestas 6Sūrio lazdelės 20Arbatžolių arbata su citrina nesaldinta 150Vaisiai / Vaisių glotnutis 120/156 150 | Kiaušinių košė (tausojantis) 70Šviežių agurkų salotos su jogurtu 40Pomidorų salotos su jogurtu 30Šviesi duona (viso grūdo) su sviestu 30/6Arbatžolių arbata nesaldinta 150Vaisiai/ Vaisių glotnutis 120/156 | Avižinių kruopų košė (tausojantis) 150Sviestas 6Kakava su pienu saldinta 150 Sausučiai 10Vaisiai 150 | Tiršta perlinių kruopų košė (tausojantis) 150 Sviestas 6Šviesi duona (viso grūdo) 20Morkų užtepėlė (augalinis) 15Arbatžolių arbata nesaldinta 150Vaisiai/ Vaisių glotnutis 80/104 |
| **Pietūs 12.00** |
| Barščiai su bulvėmis (tausojantis) (augalinis) 100Ruginė duona (viso grūdo) 25Kiaulienos – ryžių plovas (tausojantis ) 40/ 110Pomidorai 30Agurkai 40Pagardintas stalo vanduo 150 | Daržovių sriuba (tausojantis) (augalinis) 100Ruginė duona (viso grūdo) 25Virti vištienos kukuliai (tausojantis) 60Avinžirniai su pomidorais savo sultyse (tausojantis) (augalinis) 60Kopūstų salotos su morkomis ir nerafinuotu aliejumi 70Pagardintas stalo vanduo 150 | Kopūstų sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis) 100Ruginė duona (viso grūdo) 25Maltos jautienos lazdelės (tausojantis) 80Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis) 60Burokėlių salotos 50Kons. ž. žirneliai arba kons. kukurūzai 20Pagardintas stalo vanduo 150 | Agurkienė su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis) 100Ruginė duona (viso grūdo) 25Keptas žuvies maltinukas (tausojantis) 60Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis) 60Morkų salotos su nerafinuotu aliejumi 50Pomidorai 20Pagardintas stalo vanduo 150 | Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis) 100Ruginė duona (viso grūdo) 25Kalakutienos guliašas (tausojantis) 50/50Virti grikiai (tausojantis) (augalinis) 60Kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais, nerafinuotu aliejumi 50Pagardintas stalo vanduo 150 |
| **Vakarienė 15.30** |
| Grikių kruopų kotletukai su sūriu (tausojantis) 120Jogurto padažas su agurkais 30Pomidorai 40Kefyras 100 | Lietiniai su varške (su pienu) 100/40Jogurto ir uogienės padažas 20Žolelių arbata nesaldinta 150 | Virti makaronai su sviesto – grietinės padažu (tausojantis) 150/15Kmynų arbata nesaldinta 150 | Blyneliai su sūriu ir daržovėmis (tausojantis) 100Jogurto padažas su žalumynais 30Duoniukai\Traputis 15 Žolelių arbata nesaldinta 150 | Varškės , obuolių ir moliūgų apkepas (tausojantis) 140Jogurtas 10Trintų uogų padažas 20Žolelių arbata nesaldinta 150 |