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

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

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Darbo laikas 7.30-18.00 val. Antra savaitė 1-3 metų** | | | | |
| **PIRMADIENIS** | **ANTRADIENIS** | **TREČIADIENIS** | **KETVIRTADIENIS** | **PENKTADIENIS** |
| **Pusryčiai 8.30** | | | | |
| Grikių kruopų košė (tausojantis) 150  Sviestas 6  Morkų lazdelės arba tarkuotos morkos 60  Arbatžolių arbata nesaldinta 150  Vaisiai 150 | Sorų kruopų košė (tausojantis) 150  Sviestas 6  Trintų uogų padažas 15  Arbatžolių arbata nesaldinta 150  Vaisiai 150 | Omletas (tausojantis) 100  Pomidorų salotos su jogurtu 40  Konservuoti ž. žirneliai arba konservuoti kukurūzai 15  Šviesi duona (viso grūdo) su sviestu 30/6  Arbatžolių arbata nesaldinta 150  Vaisiai/ Vaisių glotnutis 80 | Kukurūzų, moliūgų košė (tausojantis) 150  Sviestas 6  Kakava su pienu saldinta 150  Sausučiai 10  Vaisiai 150 | Miežinių kruopų košė (tausojantis) 150  Sviestas 6  Duoniukai/Traputis 15  Pupelių užtepėlė (tausojantis) (augalinis) 15  Arbatžolių arbata nesaldinta 150  Vaisiai 150 |
| **Pietūs 12.00** | | | | |
| Ryžių-pomidorų sriuba (tausojantis) (augalinis) 100  Ruginė duona (viso grūdo) 25  Mažylių balandėliai su kiauliena (tausojantis )60  Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis) 60  Pomidorai 40  Agurkai 30  Pagardintas stalo vanduo 150 | Žirnių – perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis) 100  Ruginė duona (viso grūdo) 25  Troškinta vištiena (tausojantis) 60/40  Virti lęšiai (tausojantis) (augalinis) 60  Pekino kopūstų, agurkų salotos su nerafinuotu aliejumi 70  Pagardintas stalo vanduo 150 | Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis) 100  Ruginė duona (viso grūdo) 25  Troškintas jautienos maltinukas (tausojantis) 60  Virti grikiai (tausojantis) (augalinis) 60  Kopūstų salotos su morkomis ir nerafinuotu aliejumi 70  Pagardintas stalo vanduo 150 | Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis) 100  Ruginė duona (viso grūdo) 25  Žuvies filė kepsnelis tausojantis) 80  Troškinti ryžiai su ciberžolėmis (tausojantis) (augalinis) 60  Burokėlių salotos 50  Kons. ž. žirneliai arba kons. kukurūzai 20  Pagardintas stalo vanduo 150 | Trinta daržovių sriuba (tausojantis) (augalinis) 100  Grietinėlė 8  Skrebučiai 8  Kalakutienos pjausnys (tausojantis) 60  Bulvių košė arba bulvių košė su ciberžolėmis (tausojantis) 60  Morkų salotos su nerafinuotu aliejumi 50  Pomidorai 20  Pagardintas stalo vanduo 150 |
| **Vakarienė 15.30** | | | | |
| Daržovių balandėliai (tausojantis)140  Jogurto ir uogienės padažas 30  Žolelių arbata nesaldinta 150 | Avižinių dribsnių blyneliai su obuoliais (tausojantis) 160  Jogurto ir uogienės padažas 30  Arbatžolių arbata nesaldinta 150 | Virti makaronai su daržovių padažu ir sūriu (tausojantis) 150/15  Kmynų arbata nesaldinta 150 | Avinžirnių kepsniukai (tausojantis) 100  Jogurto padažas su agurkais 30  Pomidorų salotos su jogurtu 40  Arbatžolių arbata nesaldinta 150 | Varškės pudingas (tausojantis) 120  Trintų uogų padažas 25  Žolelių arbata nesaldinta 150 |