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