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

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

|  |
| --- |
| **Darbo laikas 7.30-18.00 val. Antra savaitė 4-7 metų** |
| **PIRMADIENIS** | **ANTRADIENIS** | **TREČIADIENIS** | **KETVIRTADIENIS** | **PENKTADIENIS** |
| **Pusryčiai 8.30** |
| Grikių kruopų košė (tausojantis) 200Sviestas 8Morkų lazdelės arba tarkuotos morkos 60Arbatžolių arbata nesaldinta 200Vaisiai 150 | Sorų kruopų košė (tausojantis) 200Sviestas 8Trintų uogų padažas 20Arbatžolių arbata nesaldinta 200Vaisiai 150 | Omletas (tausojantis) 100Pomidorų salotos su jogurtu 40Konservuoti ž. žirneliai arba konservuoti kukurūzai 20Šviesi duona (viso grūdo) su sviestu 35/7Arbatžolių arbata nesaldinta 200Vaisiai/ Vaisių glotnutis 80 | Kukurūzų, moliūgų košė (tausojantis) 200Sviestas 8Kakava su pienu saldinta 200 Sausučiai 10Vaisiai 150 | Miežinių kruopų košė (tausojantis) 200Sviestas 8Duoniukai/Traputis 15Pupelių užtepėlė (tausojantis) (augalinis) 20Arbatžolių arbata nesaldinta 150Vaisiai 200 |
| **Pietūs 12.00** |
| Ryžių-pomidorų sriuba (tausojantis) (augalinis) 150Ruginė duona (viso grūdo) 30Mažylių balandėliai su kiauliena (tausojantis ) 100Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis) 80Pomidorai 40Agurkai 40Pagardintas stalo vanduo 200 | Žirnių – perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis) 150Ruginė duona (viso grūdo) 30Troškinta vištiena (tausojantis) 80/50Virti lęšiai (tausojantis) (augalinis) 80Pekino kopūstų, agurkų salotos su nerafinuotu aliejumi 80Pagardintas stalo vanduo 200 | Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis) 150Ruginė duona (viso grūdo) 30Troškintas jautienos maltinukas (tausojantis) 75Virti grikiai (tausojantis) (augalinis) 80Kopūstų salotos su morkomis ir nerafinuotu aliejumi 80Pagardintas stalo vanduo 200 | Žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis) 150Ruginė duona (viso grūdo) 30Žuvies filė kepsnelis tausojantis) 100Troškinti ryžiai su ciberžolėmis (tausojantis) (augalinis) 80Burokėlių salotos 60Kons. ž. žirneliai arba kons. kukurūzai 20Pagardintas stalo vanduo 200 | Trinta daržovių sriuba (tausojantis) (augalinis) 150Grietinėlė 10Skrebučiai 10Kalakutienos pjausnys (tausojantis) 80Bulvių košė arba bulvių košė su ciberžolėmis (tausojantis) 80Morkų salotos su nerafinuotu aliejumi 60Pomidorai 20Pagardintas stalo vanduo 200 |
| **Vakarienė 15.30** |
| Daržovių balandėliai (tausojantis)150Jogurto ir uogienės padažas 35Žolelių arbata nesaldinta 200 | Avižinių dribsnių blyneliai su obuoliais (tausojantis) 180Jogurto ir uogienės padažas 35Arbatžolių arbata nesaldinta 200 | Virti makaronai su daržovių padažu ir sūriu (tausojantis) 200/15Kmynų arbata nesaldinta 200 | Avinžirnių kepsniukai (tausojantis) 120Jogurto padažas su agurkais 30Pomidorų salotos su jogurtu 50Arbatžolių arbata nesaldinta 200 | Varškės pudingas (tausojantis) 150Trintų uogų padažas 30Žolelių arbata nesaldinta 200 |