Patvirtinta Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuro direktoriaus 2022 m. sausio 15 d. įsakymu Nr. J-8

**Klaipėdos lopšelis-darželis ,,Želmenėlis“ Valgiaraščiai 15 dienų BE glitimo ir grikių**

|  |
| --- |
| **Darbo laikas 7.30-18.00 val. Pirma savaitė 4-7 metų** |
| **PIRMADIENIS** | **ANTRADIENIS** | **TREČIADIENIS** | **KETVIRTADIENIS** | **PENKTADIENIS** |
| **Pusryčiai 8.30** |
| **Avižinių dribsnių košė T 200****Sviestas 8****Trapučiai (kukurūzų/ryžių) 15****Pupelių užtepėlė TA 20****Arbatžolių arbata nesaldinta 200** | **Sorų kr. košė T 200****Sviestas 8****Morkų lazdelės, arba tarkuotos morkos 50****Žolelių arbata nesaldinta 200****Vaisiai 120** | **Virtas kiaušinis T 60** **Daržovės 40****Ž. žirneliai / kukurūzai (kons.) 20****Traputis 20 g. su sviestu ir sūriu 35/7/20****Arbatžolių arbata nesaldinta 200****Vaisiai 120** | **Virtos bolivinės balandos 120** **Sviestas 8****Trapučiai (kukurūzų/ryžių) 15****Morkų užtepėlė A 20****Arbatžolių arbata su citrina nesaldinta 200** | **Kukurūzų kruopų košė T cinamonu ir cukrumi T 200/4****Trapučiai (kukurūzų/ryžių) 15****Sviestu 4****Kakava su pienu saldinta 200** |
| **Pietūs 12.00** |
| **Rūgštynių sriuba su bulvėmis T 150****Kiaulienos maltinukas T (su lęšių/avinžirnių/avižų miltais) 80****Bulvių košė T 80****Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 40****Daržovės 40****Pagardintas stalo vanduo 200****Vaisiai 120** | **Daržovių sriuba T 150****Vištienos maltinukas T 80****Virtos ryžių kruopos TA 100****Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 100****Pagardintas stalo vanduo 200** | **Kopūstų sriuba su bulvėmis TA 200****Jautienos befstrogenas ( be kvietinių miltų) 70/30****Virtos bulvės TA 100****Daržovės 80****Pagardintas stalo vanduo 200** | **Barščiai su pupelėmis TA 150. Grietinė 10****Kepta žuvis (liesa) T 100****Virtos bulvės TA 80****Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 50****Daržovės 30****Pagardintas stalo vanduo 200****Vaisiai 120** | **Trinta žiedinių kopūstų sriuba TA 150****Plovas su kalakutiena T 140/50****Daržovės 80****Pagardintas stalo vanduo 200****Vaisiai 100** |
| **Vakarienė 15.30** |
| **Virti varškėčiai T (su lęšių/avinžirnių/avižų miltais) 150****Jogurto ir uogienės padažu 35****Kmynų arbata 200 nesaldinta** | **Lietiniai (lęšių/avinžirnių/avižų miltais) 120****Jogurtas 15. Uogienė/džemas 20. Arbatžolių arbata nesal.** | **Pieniška kruopų sriuba T 200****Trapučiai (kukurūzų/ryžių) 30****Žolelių arbata nesaldinta 200** | **Makaronai su troškintos vištienos padažu (kukurūzų/ryžių makaronai) T 125/50****Sūrio lazdelė 20****Kmynų arbata 202 nesal.** | **Varškės pudingas T (su lęšių/avinžirnių/avižų milt.) 140****Jogurtas 15****Trintų uogų padažas 20****Žolelių arbata nesaldinta 200** |

Patvirtinta Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuro direktoriaus 2022 m. sausio 15 d. įsakymu Nr. J-8

**Klaipėdos lopšelis-darželis ,,Želmenėlis“ Valgiaraščiai 15 dienų Be glitimo ir grikių**

|  |
| --- |
| **Darbo laikas 7.30-18.00 val. Antra savaitė 4-7 metų** |
| **PIRMADIENIS** | **ANTRADIENIS** | **TREČIADIENIS** | **KETVIRTADIENIS** | **PENKTADIENIS** |
| **Pusryčiai 8.30** |
| **Avižinių dr. košė T 200****Sviestas 8****Sūrio lazdelės 20****Kmynų arbata saldinta 200** | **Sorų kruopų košė T 200****Sviestas 8****Trintų uogų padažas su bananais 20****Žolelių arbata nesaldinta 200****Vaisiai 150** | **Keptas kiaušinis su sūriu T 60 Daržovės 40****Ž. žirneliai/kukurūzai (kons.) 20****Trapučiai (kukurūzų/ryžių) su sviestu 20/7****Arbatžolių arbata nesaldinta 200** | **Kukurūzų kruopų košė T 200****Sviestas 8****Cukrus su cinamonu 4****Kakava su pienu saldinta 200** | **Virtos ankštinės daržovės TA 100. Sviestas 8** **Sviestas 8****Trapučiai (kukuk/ryž.)15****Moliūgų ir avinžirnių užtepėlė A 20****Arbatžolių arbata nesaldinta 200** |
| **Pietūs 12.00** |
| **Ryžių kruopų sriuba su pomidorais TA 150****Kiaulienos mažylių balandėliai 100 Virtos bulvės TA 80****Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 80****Pagardintas stalo vanduo 200****Vaisiai 120** | **Trinta cukinijų-moliūgų sriuba TA 150****Troškinta vištiena T ( be kvietinių miltų) 60/60****Virtos ryžių kruopos TA 80****Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 80****Pagardintas stalo vanduo 200** | **Pupelių sriuba TA 150****Virti jautienos kukuliai (be kvietinių miltų) T 80****Virtos bulvės TA 100****Daržovės 80****Pagardintas stalo vanduo 200****Vaisiai 80** | **Raug. kopūstų sriuba su bulvėmis TA 150****Kepta žuvis (riebi) T 75****Virtos ryžių kruopos TA 80****Daržovės 80****Pagardintas stalo vanduo 200****Vaisiai 120** | **Barščiai su bulvėmis TA 150****Grietinė 10****Troškintas kalakutienos maltinukas T 80 (be kviet. miltų) Bulvių košė T 80****Daržovės 80****Pagardintas stalo vanduo 200 Vaisiai 150** |
| **Vakarienė 15.30** |
| **Virti varškėčiai T (su lęšių/avinžirnių/avižų miltais) 150****Saldus jogurto padažas 30****Arbatžolių arbata nesaldinta 200** | **Sklindžiai su lęšių/avinžirnių/avižų miltais) 150** **Jogurto ir uogienės padažu 30****Arbatžolių arbata su citrina nesaldinta 200** | **Pieniška makaronų sriuba T (su kukurūzų/ ryžių mak.) 200. Trapučiai (kukurūzų/ryžių) 30****Ugienė/džemas 5.****Žolelių arbata nesaldinta 200** | **Makaronai su daržovėmis ir sūriu T (kukuk/ryž mak.) 200/15. Sviestas 4****Arbatžolių arbata (nesald.)****Arbatžolių arbata nesaldinta 200** | **Kepti varškėčiai T (su lęšių/avinžirnių/avižų milt.)110** **Jogurtas 20****Trintų uogų padažas 15****Žolelių arbata nesaldinta 200** |

Patvirtinta Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuro direktoriaus 2022 m. sausio 15 d. įsakymu Nr. J-8

**Klaipėdos lopšelis-darželis ,,Želmenėlis“ Valgiaraščiai 15 dienų Be glitimo ir grikių**

|  |
| --- |
| **Darbo laikas 7.30-18.00 val. Trečia savaitė 4-7 metų** |
| **PIRMADIENIS** | **ANTRADIENIS** | **TREČIADIENIS** | **KETVIRTADIENIS** | **PENKTADIENIS** |
| **Pusryčiai 8.30** |
| **Virtos ankštinės daržovės TA 100 200. Sviestas 8****Duoniukai/ trapučiai 15****Varškės užtepėlė 15****Žolelių arbata nesaldinta 200****Vaisiai 80**  | **Birtos bolivinės balandos 120** **Sviestas 8****Sūrio lazdelės 20****Arbatžolių arbata su citrina saldinta 200** | **Kiaušinių košė T 80****Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 40****Daržovės 40****Trapučiai 20 kukurūzų/ryžių****Sviestas7****Arbatžolių arbata nesaldinta 200** | **Avižinių kruopų košė T 200****Sviestas 8****Trintų uogų padažas su bananais 35****Kakava su pienu saldinta 200****Sausučiai 10** | **Sorų kruopų košė T 200****Sviestas 6****Trapučiai kukurūzų/ryžių 15****Morkų užtepėlė 20****Žolelių arbata nesaldinta 200****Vaisiai 80** |
| **Pietūs 12.00** |
| **Daržovių sriuba TA 150** **Kiaulienos – ryžių plovas T 150/50****Daržovės 80****Pagardintas stalo vanduo 200** | **Agurkienė sriuba BE perlinių kr. TA 150****Vištienos kepinukas T 80****Bulvių košė TA 80****Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 80****Pagardintas stalo vanduo 200****Vaisiai 120** | **Kopūstų sriuba su bulvėmis TA 150****Jautienos troškintas maltinukas T 80****Virtos ryžių kruopos TA 80****Daržovės 80****Pagardintas stalo vanduo 200****Vaisiai 120** | **Pupelių sriuba TA 150****Žuvies kukulis T 90 (su lęšių/avinžirnių/avižų milt.) 90 . Virtos bulvės T 80****Daržovės 80****Pagardintas stalo vanduo 200****Vaisiai 120** | **Žirnių sriuba TA 150****Troškinta kalakutiena T (Be kvietinių milt.) 60/40** **Virtos bulvės TA 100****Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 100****Pagardintas stalo vanduo 200** |
| **Vakarienė 15.30** |
| **Pieniška makaronų sriuba T (su kukurūzų/ryžių mak.) 200****Trapučiai (kukurūzų/ryžių) 30****Uogienė/džemas 5****Kmynų arbata nesaldinta 200** | **Lietiniai su varškės įdaru 120/45****Jogurto ir uogienės padažas 15****Žolelių arbata nesaldinta 200** | **Kepti varškėčiai T 110****Saldus grietinės padažas 16****Kmynų arbata nesaldinta 200** | **Makaronai su sviesto ir grietinės padažu T (su kukurūzų/ryžių mak.)200/20****Arbatžolių arbata nesaldinta 200** | **Kepti varškėčiai T (su lęšių/avinžirnių/avižų miltais) T 140. Jogurtas 10****Trintų uogų padažas 20****Arbatžolių arbata nesaldinta 200** |