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** |