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

**Klaipėdos lopšelis-darželis ,,Želmenėlis“ Valgiaraščiai 15 dienų BE KIAULIENOS**

|  |
| --- |
| **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****Šviesi duona 25****Pupelių užtepėlė TA 20****Arbatžolių arbata nesaldinta 200** | **Tiršta penkių javų dribsnių 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****Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu 35/7/20****Arbatžolių arbata nesaldinta 200****Vaisiai 120** | **Perlinių kruopų košė T 200****Sviestas 8****Šviesi duona 25****Morkų užtepėlė A 20****Arbatžolių arbata su citrina nesaldinta 200** | **Manų kruopų košė su cinamonu ir cukrumi T 200/4****Šviesi duona su sviestu 30/4****Kakava su pienu saldinta 200** |
| **Pietūs 12.00** |
| **Rūgštynių sriuba su bulvėmis TA 150****Ruginė duona 30****Vištienos maltinukasT 80****Bulvių košė T 80****Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 40****Daržovės 40****Pagardintas stalo vanduo 200****Vaisiai 120** | **Daržovių sriuba T 150****Ruginė duona 30****Vištienos maltinukas T 60****Virtos ryžių kruopos TA 80****Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 80****Pagardintas stalo vanduo 200** | **Kopūstų sriuba su bulvėmis TA 150****Ruginė duona 30****Jautienos befstrogenas 70/30****Virtos grikių kruopos TA 80****Daržovės 80****Pagardintas stalo vanduo 200** | **Barščiai su pupelėmis TA 150 Grietinė 10****Ruginė duona 30****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****Skrebučiai 10****Plovas su kalakutiena T 140/50****Daržovės 80****Pagardintas stalo vanduo 200****Vaisiai 100** |
| **Vakarienė 15.30** |
| **Virti varškėčiai T 150****Jogurto ir uogienės padažu 35****Kmynų arbata 200 nesaldinta** | **Lietiniai 120****Jogurtas 15****Uogienė/džemas 20****Arbatžolių arbata nesaldinta 200** | **Pieniška kruopų sriuba T 200****Riestainis 50****Žolelių arbata nesaldinta 200** | **Makaronai su troškintos vištienos padažu T 125/50****Sūrio lazdelė 20****Kmynų arbata nesaldinta 200** | **Varškės pudingas T 150****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 kiaulienos**

|  |
| --- |
| **Darbo laikas 7.30-18.00 val. Antra savaitė 4-7 metų** |
| **PIRMADIENIS** | **ANTRADIENIS** | **TREČIADIENIS** | **KETVIRTADIENIS** | **PENKTADIENIS** |
| **Pusryčiai 8.30** |
| **Grikių kruopų košė T 200****Sviestas 8****Sūrio lazdelės 20****Kmynų arbata saldinta 200** | **Sorų kruopų košė T 200****Sviestas 8****Trintų uogų padažas 20****Žolelių arbata nesaldinta 200****Vaisiai 150** | **Omletas T 100****Daržovės 40** **Ž. žirneliai/kukurūzai (kons.) 20****Šviesi duona su sviestu 35/7****Arbatžolių arbata nesaldinta 200** | **Kukurūzų kruopų košė T 200****Sviestas 8****Cukrus su cinamonu 4****Kakava su pienu saldinta 1200****Sausučiai 10** | **Miežinių kruopų košė T 200****Sviestas 8****Duoniukai/ trapučiai 15****Moliūgų ir avinžirnių užtepėlė A 20****Arbatžolių arbata nesaldinta 200** |
| **Pietūs 12.00** |
| **Ryžių kruopų sriuba su pomidorais TA 150****Ruginė duona 30****Virta vištiena T 80****Virtos bulvės TA 80****Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 80****Pagardintas stalo vanduo 200****Vaisiai 120** | **Trinta cukinijų-moliūgų sriuba TA 150****Ruginė duona 30****Troškinta vištiena T 60/60****Virtos perlinės kruopos TA 80****Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 80****Pagardintas stalo vanduo 200** | **Pupelių sriuba TA 150****Ruginė duona 20****Virti jautienos kukuliai T 80****Virti grikiai TA 80****Daržovės 80****Pagardintas stalo vanduo 200****Vaisiai 80** | **Raug. kopūstų sriuba su bulvėmis TA 150****Ruginė duona 30****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****Ruginė duona 30****Troškintas kalakutienos maltinukas T 80****Bulvių košė T 80****Daržovės 80****Pagardintas stalo vanduo 200 Vaisiai 150** |
| **Vakarienė 15.30** |
| **Virti varškėčiai T 150****Saldus jogurto padažas 30****Arbatžolių arbata nesaldinta 200** | **Sklindžiai 150** **Jogurto ir uogienės padažu 30****Arbatžolių arbata su citrina nesaldinta 200** | **Pieniška makaronų sriuba T 200****Bandelė 50****Žolelių arbata nesaldinta 200** | **Makaronai su daržovėmis ir sūriu T 200/15****Sviestas 4****Arbatžolių arbata nesaldinta 200** | **Varškės ir morkų apkepas T 150****Jogurtas20****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 kiaulienos**

|  |
| --- |
| **Darbo laikas 7.30-18.00 val. Trečia savaitė 4-7 metų** |
| **PIRMADIENIS** | **ANTRADIENIS** | **TREČIADIENIS** | **KETVIRTADIENIS** | **PENKTADIENIS** |
| **Pusryčiai 8.30** |
| **Kvietinių kruopų košė t 200****Sviestas 8****Duoniukai/ trapučiai 15****Varškės užtepėlė 15****Žolelių arbata nesaldinta 200****Vaisiai 80**  | **Tiršta penkių javų dribsnių košė T 200****Sviestas 8****Sūrio lazdelės 20****Arbatžolių arbata su citrina saldinta 200** | **Kiaušinių košė T 80****Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 40****Daržovės 40****Šviesi duona su sviestu 35/7****Arbatžolių arbata nesaldinta 200** | **Avižinių kruopų košė T 200****Sviestas 8****Trintų uogų padažas 35****Kakava su pienu saldinta 200****Sausučiai 10** | **Perlinių kruopų košė T 200****Sviestas 6****Šviesi duona 20****Morkų užtepėlė 20****Žolelių arbata nesaldinta 200****Vaisiai 80** |
| **Pietūs 12.00** |
| **Daržovių sriuba TA 150** **Ruginė duona 30****Plovas su vištiena T 140/50** **Daržovės 80****Pagardintas stalo vanduo 200** | **Agurkienė sriuba su perlinėmis kruopomis TA 150****Ruginė duona 30****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****Ruginė duona 30****Jautienos troškintas maltinukas T 80****Virtos ryžių kruopos TA 80****Daržovės 80****Pagardintas stalo vanduo 200 Vaisiai 120** | **Pupelių sriuba TA 150****Ruginė duona 30****Žuvies kukulis T 90****Virtos bulvės T 80****Daržovės 80****Pagardintas stalo vanduo 200****Vaisiai 120** | **Žirnių sriuba TA 150****Ruginė duona 30****Troškinta kalakutiena T 60/40****Virtos grikių kruopos TA 80****Daržovių salotos su nerafinuotu aliejumi 80****Pagardintas stalo vanduo 200** |
| **Vakarienė 15.30** |
| **Pieniška makaronų sriuba T 200****Riestainis 50****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 200/20****Arbatžolių arbata nesaldinta 200** | **Varškės ir ryžių apkepas T 150****Jogurtas 10****Trintų uogų padažas 20****Arbatžolių arbata nesaldinta 200** |