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** |