

2024/2025

1 SAVAITĖ

PIRMADIENIS

	Išeiška gr.
1 Kiaulienos maltinukas (tausojantis)	75g
2 Biri grikių kruopų košė su sviestu (augalinis,tausojantis)	150/7,5g.
3 Morkų salotos su obuoliais, morkomis, porais, aliejaus padažas (augalinis)	100g
4 Vaisius	50g.
5 Vanduo su citrina	200g

ANTRADIENIS

1 Varškės apkepas su grietinės padažu (tausojantis)	150/20g
2 Morkų ir agurkų lazdelės (augalinis)	100g.
3 Vaisius	50g.
4 Vanduo	200g

TREČIADIENIS

	Išeiška gr.
1 Paukštiesenos kepinukai (tausojantis)	75g
2 Biri grikių kruopų košė su sviestu (augalinis,tausojantis)	150/7,5g.
3	
Salierų salotos su agurkais,morkomis,padažas (augalinis)	100g
4 Vaisius	50g.
5 Vanduo	200g

KETVIRTADIENIS

1 Virti makaronai su mėsa (spageti)	75g/75g
2 Padažas: morkos, svogūnai, paparikos(augalinis)	50g
3 Vaisius	50g.
4 Vanduo	200g

PENKTADIENIS

1 Žuvies maltinis su padažu (tausojantis)	75g/40g
2 Ryžių kruopų biri košė su sviestu (augalinis, tausojantis)	150/7,5g.
3 Morkų salotos su obuoliais, morkomis, porais, aliejaus padažas (augalinis)	100g
4 Vaisius	50g.
5 Vanduo	200g

2024/2025

2 SAVAITĖ

PIRMADIENIS

	Išeiga gr.
1 Kepta paukštienos file (tausojantis)	75g
2 Biri grikių kruopų košė su sviestu (augalinis,tausojantis)	150/7,5g.
3 Burokėlių salotos su žirneliais aliejaus padažu (augalinis)	100g
4 Vaisius	50g.
5 Vanduo su apelsinu	200g

ANTRADIENIS

1 Virti varškėčiai su grietine (tausojantis)	150/30g
2 Kopūstų, morkų, salierų salotos (augalinis)	100g
3 Vaisius	50g.
4 Vanduo	200g

TREČIADIENIS

1 Kiaulienos troškiny su daržovėmis (plovav) (tausojantis)	75g/40g
2 Ryžių kruopų biri košė su sviestu (augalinis, tausojantis)	150/7,5g.
3 Pekino,agurkų, mėlynos svogūno salotos (augalinis)	100g
4 Vaisius	50g
5 Vanduo	200g

KETVIRTADIENIS

1 Lietiniai su džemu (tausojantis)	150/20g
2 Morkų ir agurkų lazdelės (augalinis)	80g.
3 Vaisius	50g.
4 Vanduo su apelsinu	200g

PENKTADIENIS

1 Žuvies maltinis (tausojantis)	75g/40g
2 Ryžių kruopų biri košė (augalinis, tausojantis)	150/7,5g.
3 Burokėlių salotos su ž.žirneliais, mar. agurkais, svogūnais su aliejaus padažu (augalinis)	100g
4 Vaisius	50g.
5 Vanduo	200g

2024/2025

3 SAVAITĖ

PIRMADIENIS

1 Kiaulienos kepsnys (tausojantis)	75g
2 Biri grikių kruopų košė su sviestu (augalinis,tausojantis)	150/7,5g.
3 Burokėlių salotos su ž.žirneliais,porais(augalinis)	100g
4 Vaisius	50g.
5 Vanduo su citrina	200g

ANTRADIENIS

1 Blynai su grietinės padažu (tausojantis)	150/20g
2 Morkų ir agurkų lazdelės (augalinis)	80g.
3 Vaisius	50g.
4 Vanduo su apelsinu	200g

TREČIADIENIS

1 Žuvies kepinukai (tausojantis)	75g
2 Ryžių kruopų biri košė su sviestu (augalinis, tausojantis)	150/7,5g.
3 Pekino kop. salotos su obuolias, paprika ir aliejaus padažu (augalinis)	100g
4 Vaisius	50g.
5 Vanduo	200g

KETVIRTADIENIS

Virtų bulvių cepelinai su mėsa/su varške,grietinė

1 (tausojantis)	105/45/30g
2 Morkų ir agurkų lazdelės (augalinis)	80g.
3 Vaisius	50g
4 Vanduo su citrina	200g

PENKTADIENIS

1 Paukštiesenos malti kukuliai (tausojantis)	75g
2 Miežinių kruopų košė su sviestu (augalinis,tausojantis)	150/7,5g.
3 Morkų,obuolių ir porų salotos su padažu (augalinis)	100g
4 Vaisius	50g.
5 Vanduo su apelsinu	200g