

**VILNIAUS LOPŠELIS-DARŽELIS „SAULĖTEKIS“ INTEGRACINIS VALGIARAŠTIS**  
**II SAVAITĖ**

<b>PIRMADIENIS</b>	<b>ANTRADIENIS</b>	<b>TREČIADIENIS</b>	<b>KETVIRTADIENIS</b>	<b>PENKTADIENIS</b>
<p><b>Pusryčiai:</b> Pieniška penkių grūdų košė su sviestu 150/5g; 200/7g; Trintos uogos 20g; 25g; Sezoninis vaisius 80g; 120g; Arbata su citrina 150/2ml;</p>	<p><b>Pusryčiai:</b> Pieniška tiršta manų kruopų košė su sviestu 150g; 200g; Cinamonas 0,5g; Sezoninis vaisius 100g; 120g; Pienas 150ml; 200ml;</p>	<p><b>Pusryčiai:</b> Pieniška sorų kruopų košė su sviestu 150/5g; 200/5g; Sezoninis vaisius 70g; 100g; Arbata 200ml;</p>	<p><b>Pusryčiai:</b> Virtas kiaušinis 1vnt; Konservuoti kukurūzai 20g; Viso grūdo batono sumuštinis su sviestu ir fermentiniu sūriu 30/5/15g; 40/7/15g; Sezoninis vaisius 80g; 150g; Arbata 150ml;</p>	<p><b>Pusryčiai:</b> Pieniška ryžių kruopų košė su sviestu 150/5g; 200/8g; Trintos uogos 20g; 25g; Sezoninis vaisius 120g; Arbata su citrina 150/2ml;</p>
<p><b>Pietūs:</b> Daržovių sriuba su žaliaisiais žirneliais (augalinis) 100g; 150g; Duona 20g; 30g; Ryžių plovas su kalakutiena 100/50g; 140/60g; Švž. daržovių traškios lazdelės (morkos, agurkai, paprika) 80g; 100g; Vanduo su citrina 200/2g;</p>	<p><b>Pietūs:</b> Burokėlių sriuba (augalinis) 100g; 150g; Duona 20g; 30g; Troškintas kopūstų ir kaulienos maltinis 55/25g; Virtos bulvės 80g; 100g; Lapinės salotos su ridikėliais ir citrinų-aliejaus padažu 80/8g; 100/10g; Stalo vanduo su citrina 200/2ml;</p>	<p><b>Pietūs:</b> Trinta moliūgų sriuba (augalinis) 100g; 150g; Skrebutis 15g; 20g; Troškinta vištiena 50/15g; 70/20g; Miežinių kruopų košė 80g; Švž. agurkų ir pomidorų salotos su grietine 80/10g; 100/15g; Stalo vanduo su citrina 200/2ml;</p>	<p><b>Pietūs:</b> Baltųjų pupelių sriuba (augalinis) 100g; 150g; Duona 20g; 30g; Garuose troškintas triušienos kukuliukas 60g; Biri grikių kruopų košė 60g; 80g; Pekino kopūstų, švž. pomidorų, švž. agurkų ir paprikų salotos su citrinų-aliejaus užpilu 60/5g; 80/8g; Stalo vanduo su vaisiais/uogomis 150/15ml;</p>	<p><b>Pietūs:</b> Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) 100g; 150g; Duona 20g; 30g; Orkaitėje keptas žuvies (<i>lydeka</i>) maltinis su morkomis ir sūriu 60/15/5g; Bulvių košė su sviestu 70/2g; 90/3g; Virtų burokėlių, obuolių salotos su citrinų-aliejaus užpilu 50/5g; 70/7g; Konservuoti kukurūzai 20g; Stalo vanduo su apelsiniais be cukraus 190/15ml;</p>
<p><b>Vakarienė:</b> Varškės virtinukai 100g; 130g; Naminis vanilinis padažas 20g; Arbata 200ml;</p>	<p><b>Vakarienė:</b> Mieliniai blynai 80g; 100g; Natūralus jogurtas 20g; 50g; Trintos uogos 25g; Arbata 200ml;</p>	<p><b>Vakarienė:</b> Sklindžiai su obuoliais 120g; 180g; Grietinė 15g; 20g; Arbata 200ml;</p>	<p><b>Vakarienė:</b> Pieniška ryžių kruopų sriuba 150/4g; 200/5g; Šviežiai kepta mielinė bandelė 50g;</p>	<p><b>Vakarienė:</b> Varškės apkepas 100g; 150g; Trintos braškės 20g; 25g; Natūralus jogurtas 20g; 50g; Arbata 200ml;</p>