

VILNIAUS LOPŠELIS-DARŽELIS „SAULĖTEKIS“ INTEGRACINIS VALGIARAŠTIS
III SAVAITĖ

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
<p>Pusryčiai: Pieniška penkių grūdų košė su sviestu 150/5g; 200/7g; Sezoninis vaisius 80g; 120g; Arbata 200ml;</p>	<p>Pusryčiai: Trinta varškė su trintomis uogomis 100/40g; 130/50g; Skrebutis 30g; Sezoninis vaisius 100g; 120g; Arbata 200ml;</p>	<p>Pusryčiai: Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu 150/5g; 200/5g; Trintos uogos 20g; 25g; Sezoninis vaisius 80g; 120g; Arbata su citrina 150/2ml;</p>	<p>Pusryčiai: Pieniška grikių kruopų košė su sviestu 150/5g; 200/5g; Trapučiai 10g; 20g; Sezoninis vaisius 80g; Arbata 200ml;</p>	<p>Pusryčiai: Pieniška tiršta manų kruopų košė su sviestu 150g; 200g; Trintos uogos 25g; Sezoninis vaisius 100g; Arbata 200ml;</p>
<p>Pietūs: Skaidri pilno grūdo makaronų sriuba 100g; 150g; Duona 20g; 30g; Troškintas jautienos „befstrogenas“ 60/15g; 70/20g; Biri grikių košė 60g; 80g; Švž. kopūstų salotos su morkomis ir citrinų-aliejaus užpilu 50/5g; Švž. agurkai 30g; 50g; Stalo vanduo su citrina 200/2g;</p>	<p>Pietūs: Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) 100g; 150g; Duona 20g; 30g; Troškinta vištiena su morkomis 80g; 100g; Bulvių košė 70/2g; 90/3g; Pekino kopūstų, morkų ir ridikėlių salotos su citrinų-aliejaus užpilu 80/8g; 100/10g; Stalo vanduo su vaisiais/uogomis 150/15ml;</p>	<p>Pietūs: Trinta įvairiaspalvių daržovių sriuba (augalinis) 100g; 150g; Skrebutis 30g; 40g; Kalakutienos maltinis 80g; Biri ryžių kruopų košė 80g; Lapinės salotos su agurku ir citrinų-aliejaus padažu 80/8g; Stalo vanduo su citrina 200/2g;</p>	<p>Pietūs: Burokėlių ir pupelių sriuba (augalinis) 100g; 150g; Duona 20g; 30g; Bulvių plokštainis su kiaulienos mėsa 150/40g; 180/50g; Grietinė 15g; 20g; Agurkų ir pomidorų salotos su aliejumi 80/5g; 100/5g; Stalo vanduo su citrina 200/2g;</p>	<p>Pietūs: Tiršta avinžirnių sriuba su pomidorais (augalinis) 100g; 150g; Duona 20g; 30g; Orkaitėje keptas žuvis (<i>lašiša+lydeka</i>) maltinis 60g; 80g; Biri ryžių kruopų košė 60g; 80g; Virtų burokėlių salotos su citrinų-aliejaus užpilu 30/3g; Švž. paprikų lazdelės 50g; Stalo vanduo su citrina 200/2g;</p>
<p>Vakarienė: Orkaitėje keptas omletas su fermentiniu sūriu 90/10g; Duona su sviestu 25/4g; 30/5g; Švž. pomidorai 30g; Arbata 200ml;</p>	<p>Vakarienė: Pieniška ryžių kruopų košė su sviestu 150/5g; 200/8g; Sezoninės uogos 80g; 100g; Pienas 150ml;</p>	<p>Vakarienė: Mieliniai blynai 80g; 100g; Trintos uogos 25g; Pienas 150ml;</p>	<p>Vakarienė: Pieniška makaronų sriuba 100/4g; 150/5g; Šviežiai kepta mielinė bandelė 50g;</p>	<p>Vakarienė: Varškės apkepas 100g; Trintos uogos 25g; Grietinė 20g; Arbata 200ml;</p>