

3 SAVAITĖ

	Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis
Pusryčiai	Avižinių kruopų košė su sviestu, uogomis Sezoninių vaisių lėkštė Nesaldinta arbatžolių arbata	Grikių kruopų košė (T) Viso grūdo ruginės duonos sumuštinis su tepamu sūreliu, pomidorais ir agurkais Sezoninių vaisių lėkštė Nesaldinta kmynų arbata	Pieniška ryžių košė su sviestu ir uogomis. Sezoninių vaisių lėkštė Nesaldinta arbatžolių arbata	Omletas su sėlenomis ir žalumynais (T) Juoda duona su saulėgrąžomis Pjaustyti pomidorai Sezoninių vaisių lėkštė Nesaldinta mėtų arbata	Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu (T) Sezoninių vaisių lėkštė Nesaldinta vaisinė arbata
Pietūs	Daržovių sriuba su makaronais (T) Pilno grūdo ruginė duona Orkaitėje kepti kiaulienos-jautienos kukuliai (T) Avinžirnių troškinys (T) Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšys) Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais)	Žirnių sriuba (T) Pilno grūdo ruginė duona Troškinta vištienos filė su žalumynais ir grietinėle (T) Bulvių košė (T) Burokėlių ir obuolių salotos su alyvuogių aliejumi. Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšys) Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais)	Barščių sriuba su pupelėmis (T) Juoda duona su saulėgrąžomis Orkaitėje keptas kalakutienos maltinukas (T) Perlinis kuskusas (T) Šviežių agurkų salotos. Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšys) Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais)	Perlinių kruopų sriuba (T) Viso grūdo ruginė duona Orkaitėje kepti kiaulienos maltinukai (netikras „zuikis“) (T) Pilno grūdo makaronai (T) Pekino kopūstų ir pomidoro salotos su alyv. aliejumi. Šviežių daržovių rinkinukas (3 rūšys) Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais)	Trinta daržovių sriuba (T) Orkaitėje kepti menkių filė maltinukai (T) Virti ryžiai (T) Šviežių daržovių salotos su alyv. aliejumi Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšys) Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais)
Vakarienė	Grikių kruopų košė su varške (T) Natūralus jogurtas 2,5% Pienas 2,5%	Pilno grūdo makaronai su fermentiniu sūriu (45 %) (T) Varškės sūris 13% Nesaldinta arbatžolių arbata	Mieliniai blynai su bananais ir trintais obuoliais Natūralus jogurtas 2,5% Traputis Nesaldinta vaisinė arbata	Varškės spygliukai (T) Natūralus jogurtas 2,5% Traputis Nesaldinta vaisinė arbata	Orkaitėje kepti varškėčiai (T) Uogos Juoda duona su saulėgrąžomis ir sviestu Nesaldinta arbatžolių arbata

Reikšmės:

Tausojantis patiekalas (T) – maistas, pagamintas maistines savybes tausojančiu gamybos būdu: virtas vandenyje ar garuose, troškintas, pagamintas konvekciniame krosnelėje, keptas įvyniojus popieriuje ar folijoje. Tausojantiems patiekalams nepriskiriami tarkuotų bulvių patiekalai.

Darželio administracija turi teisę keisti valgiaraštį.