

Vilniaus miesto savivaldybės lopšelis - darželis "Ažuolas"

I savaitės valgiaraštis



	Pirmadienis	L/D g; ml	Antradienis	L/D g; ml	Trečiadienis	L/D g; ml	Ketvirtadienis	L/D g; ml	Penktadienis	L/D g; ml
Pusryčiai	Penkių gr.dribsnių košė ¹³	160 200	Avižinių dr.košė ³ su sezamo sėklomis	160/5 180/5	Pieniška miežinė košė ³	180	Virti kiaušiniai ² , jogurtinis padažas ³	1vnt/15	Tiršta ryžių košė ³ su sviestu	180/2 200/5
	Viso grūdo ruginė duona su sviestu	25/5	Viso grūdo ruginė duona ¹ su sviestu ³	25/5	Ryžių traputis	10	Ruginė duona ¹ su sviestu ir sūriu ³	25/5/12 35/5/15	Pik - nik sūrio lazdelė ³	20
	Sezon. vaisių lėkštelė	100; 130	Sezon. vaisių lėkštelė	120	Sezon. vaisių lėkštelė	100	Sezon. vaisių lėkštelė	100	Sezon. vaisių lėkštelė	100
	Arbata be cukraus	150	Arbata be cukraus	150	Arbata be cukraus	150	Kmynų arbata	150	Arbata be cukraus	150
10val.	<i>PARAMA "Vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programa"</i>									
Pietūs	Šviežių kopūstų sriuba ^a	150	Lietuviški šaltibarščiai	100 150	Trinta morkų sriuba ^a	100; 150	Avinžirnių ir daržovių sriuba ^a	100; 150	Žirnių sriuba ^a	100; 150
	Juoda duona su saulėgrąžomis ¹	30; 35	Virtos bulvės	30; 40	Juoda duona su saulėgrąžomis ¹	20; 30	Juoda duona su saulėgrąžomis ¹	25; 30	Juoda duona su saulėgrąžomis ¹	20; 25
	Konvekciniėje kepti vištienos kukuliai ²³ su avižų sėlenomis ^t	70; 90	Ryžių plovos su kiauliena ir daržovėmis ^t	70/70 90/90	Garuose kepta kalakutienos filė grietinėlės padaže ^t	80/20 90/25	Kiaulienos - kopūstų maltinis ^{2 t}	80; 90	Orkaitėje kepta lašiša ^t	60; 80
	Perlinis kuskusas ¹	70; 90	Mar. agurkų salotos su kons.kukurūzais ^a	50; 70	Griekiai ^a	70; 90	Virti miežiniai perliukai ^a	80; 90	Bulvių košė ³	70; 80
	Pomidorų salotos su porais ir žaliaisiais žirneliais ^a	50; 70	Švž.morkų griežinėliai ^a	20	Gūžinės salotos "Iceberg" su pomidorais ir agurkais ^a	80; 90	Šviežių daržovių griežinėliai (morkos, agurkai, paprika) ^a	30/25/25 30/30/30	Garuose virtos daržovės (morkos, brokoliai, žied. kopūstai) ^{t a}	70; 80
	Švieži agurkai	20	Stalo vanduo su vaisių gabaliukais	150/5	Stalo vanduo su vaisių gabaliukais	150/5	Stalo vanduo su vaisių gabaliukais	150/10	Stalo vanduo su vaisių gabaliukais	150/10
	Stalo vanduo su vaisių gabaliukais	150/5								
Vakarienė	Spelta ir kvietinių miltų blynėliai ¹²³	90; 110	Plakta varškė su grietine ³	100; 120	Kietųjų kviečių makaronai ^{1 t}	140	Grikių ir kvietinių miltų ¹ blynai ²³	110	Varškės apkepamas ^{123 t}	120; 150
	Trintos uogos	30	Trintos braškės su bananais	20/100	Troškintas maltos jautienos padažas ^t	40	Trintos uogos	30	Natūralus jogurtas ³	30
	Arbata be cukraus	150	Arbata be cukraus	150	Arbata be cukraus	150	Arbata be cukraus	150	Arbata be cukraus	150

Alergenai:

*1 - kviečiai

*2 - kiaušiniai

*3 - pienas ir jo produktai

Kita:

*a - augalinis

*t -tausojantis

*Atsiradus nenumatytoms sąlygoms valgiaraštis gali kisti.



Valstybinė maisto ir veterinarijos tarnyba
8 800 404 03