



**ŠILUTĖS LOPŠELIS-DARŽELIS „RAUDONKEPURAITĖ“ PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS
15-AI DIENŲ BE MORKŲ, LAZDYNŲ RIEŠUTŲ, KAULAVAIŠIŲ, ŽUVIES MENKĖS 2024-2025
M.**

I SAVAITĖ

Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis
Pusryčiai	Pusryčiai	Pusryčiai	Pusryčiai	Pusryčiai
Kvietinių kruopų košė 200, Uogos 30, Ruginė duona su sviestu ir pomidoru 25-7-25, Kakava su pienu 200.	Omletas 100, Šviežias agurkas 40, Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu 35-8-18, Arbata 200.	Manų košė su cinamonu 200, Uogos 30, Šviesi duona su lydytu sūreliu 35-15, Šviežias agurkas 40, Arbata 200.	Perlinių kruopų košė 200, Uogos 35, Šviesi duona su sviestu 25-5, Pomidoras 40, Arbata su medumi 200.	Tiršta trijų grūdų dribsnių košė 200, Traputis su medumi 10-20, Ruginė duona su sviestu ir šviežiu agurku 35-8-20, Arbata 200.
Priešpiečiai	Priešpiečiai	Priešpiečiai	Priešpiečiai	Priešpiečiai
Vaisius 100	Vaisius 200	Vaisius 150	Vaisius 250	Vaisius 150
Pietūs	Pietūs	Pietūs	Pietūs	Pietūs
Barščiai su pupelėmis ir grietine (be morkų) 150, Ruginė duona 35, Ryžių – kiaulienos plovas (be morkų) 50-150, Šviežias agurkas 50, Raugintas arba Marinuotas agurkas 30, Saldi paprika 30, Vanduo 200.	Daržovių sriuba (be morkų) 150, Bemiėlė duona 35, Keptas triušienos maltinukas (be morkų) 75, Virti ryžiai 60, Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos, 50, Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais 40, Vanduo 200.	Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (be morkų) 150, Ruginė duona 35, Virti veršienos kukuliukai 80, Bulvių košė 60, Burokėlių salotos 50, Konservuoti žirneliai 30, Vanduo 200.	Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (be morkų) 150, Ruginė duona 35, Kalakutienos guliašas (be morkų) 120, Virti griekiai 60, Kopūstų salotos su svogūnais ir alyvuogių aliejumi 50, Šviežias agurkas 40, Vanduo 200.	Žirnių-perlinių kruopų sriuba (be morkų) 150, Ruginė duona 35, Žuvies maltinis be morkų 75, Bulvių košė 60, Burokėlių salotos su svogūnais 50, Marinuoti agurkai 30, Sultys 150.
Pavakariai	Pavakariai	Pavakariai	Pavakariai	Pavakariai
Virti makaronai su fermentiniu sūriu 200-25, Arbata 200.	Virtos dešrelės su natūraliu pomidorų padažu 75-20, Ruginė duona su sviestu 35-8, Pomidorai 40, Šviežias agurkas 50, Sūrio lazdelė 40, Arbata 200.	Sklindžiai su obuoliais ir bananais 120, Jogurtas nesaldintas 40, Uogų padažas 25, Arbata 200, Vaisius 250.	Varškės apkepas 150, Vanilinis padažas 40, Pienas 200.	Pieniška makaronų sriuba 200, Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu 38-8-18, Arbata 200.

Ugdymo įstaigoje nemokamai dalinami produktai pagal vaisių ir pieno programas.



**ŠILUTĖS LOPŠELIS-DARŽELIS „RAUDONKEPURAITĖ“ PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS
15-AI DIENŲ BE MORKŲ, LAZDYNŲ RIEŠUTŲ, KAULAVAIŠIŲ, ŽUVIES MENKĖS 2024-2025
M.**

II SAVAITĖ

Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis
Pusryčiai	Pusryčiai	Pusryčiai	Pusryčiai	Pusryčiai
Avižinių kruopų košė su cinamonu ir sviestu 200, Migdolų drožlės 10, Uogos 30, Šviesi duona su lydytu sūreliu 35-15, Kakava su pienu 200.	Miežinių kruopų košė 200, Uogos 30, Ruginė duona su sviestu 25-5, Pomidoras 40, Kmyną arbata 200.	Grikių kruopų košė 200, Šviesi duona su sviestu ir šviežiu agurku 35-8-20, Kmyną arbata 200.	Virti makaronai su fermentiniu sūriu 200-25, Šviežias agurkas 30, Pomidorai 30, Arbata 200.	Omletas su dešrele 100/20, Šviesi duona su sviestu 35-8, Konservuoti žirneliai 30, Vaisius 100, Arbata 200.
Priešpiečiai	Priešpiečiai	Priešpiečiai	Priešpiečiai	Priešpiečiai
Vaisius 200	Vaisius 200	Vaisius 250	Vaisius 250	Vaisius 250
Pietūs	Pietūs	Pietūs	Pietūs	Pietūs
Špinatų sriuba su bulvėmis (be morkų) 150-6, Bemielė duona 30, Keptas vištienos šlaunelių mėsos kepsnelis 100, Virti ryžiai 60, Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos 50, Sultys 150.	Barščiai su bulvėmis ir grietine (be morkų) 150, Bemielė duona 35, Kiaulienos guliašas (be morkų) 75/45, Virtos bulvės 60, Kopūstų salotos su svogūnais ir alyvuogių aliejumi 50, Šviežias agurkas 40, Vanduo 200.	Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (be morkų) 150, Bemielė duona 35, Žuvies maltinis (be morkų) 75, Bulvių košė be pieno produktų 60, Burokėlių salotos 50, Marinuoti agurkai 30, Vanduo 200.	Bulvių sriuba su miežinėmis krūpomis (be morkų) 150, Ruginė duona 35, Virti kalakutienos kukuliai (be morkų) 80, Virti lęšiai 50, Raugintų kopūstų salotos 50, Šviežias agurkas 30, Vanduo 200.	Kopūstų sriuba su bulvėmis (be morkų) 150, Ruginė duona 35, Virtų bulvių cepelinai su kiaušiena 115-65, Jogurtas 40, Traškios cukinijų lazdelės 40, Šviežias agurkas 40, Vanduo 200.
Pavakariai	Pavakariai	Pavakariai	Pavakariai	Pavakariai
Bulvių košė 150, Rauginti arba marinuoti agurkai 40, Kefyras 200, Traputis su medumi 10/15.	Trinta varškė su uogomis 250, Traputis su medumi 10/15, Arbata 200, Vaisius 250.	Blynėliai 150, Jogurtas 40, Arbata su medumi 200.	Virti varškėčiai 150, Vanilinis padažas 40, Arbata 200, Vaisius 120.	Pieniška makaronų sriuba 200, Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu 35-8-18, Kmyną arbata 200.

Ugdymo įstaigoje nemokamai dalinami produktai pagal vaisių ir pieno programas.



TVIRTINU

Direktorė

Mantė Miliauskaitė - Mencė

2024 m. kovo mėn. 6 d.

**ŠILUTĖS LOPŠELIS-DARŽELIS „RAUDONKEPURAITE“ PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS
15-AI DIENŲ BE MORKŲ, LAZDYNŲ RIEŠUTŲ, KAULAVAIŠIŲ, ŽUVIES MENKĖS 2024-2025
M.**

III SAVAITĖ

Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis
Pusryčiai	Pusryčiai	Pusryčiai	Pusryčiai	Pusryčiai
Avižinių kruopų košė su cinamonu ir sviestu 200, Migdolų drožlės 10, Uogos 35, Duoniukai 20, Sūrio lazdelė 20 Arbata 200.	Avižinių dribsnių košė 200, Migdolų drožlės 10, Uogos 30, Ruginė duona su sviestu ir pomidoru 35-7-25, Kakava su pienu 200.	Manų košė su cinamonu 200, Uogos 30, Šviesi duona su lydytu sūreliu 35-15, Arbata 200.	Omletas 100, Konservuoti kukurūzai 30, Šviežias agurkas 30, Ruginė duona su sviestu 25-5, Arbata 200.	Grikių kruopų košė 200, Pilno grūdo duona su sviestu ir pomidoru 35-7-25, Sūrio lazdelė 40, Arbata 200.
Priešpiečiai	Priešpiečiai	Priešpiečiai	Priešpiečiai	Priešpiečiai
Vaisius 200	Vaisius 250	Vaisius 250	Vaisius 250	Vaisius 250
Pietūs	Pietūs	Pietūs	Pietūs	Pietūs
Bulvių sriuba su mėsos kukulaičiais (be morkų) 150-30, Ruginė duona 35, Kiauliena su troškintais kopūstais (be morkų) 75-75, Virtos bulvės 60, Šviežias agurkas 40, Vanduo 200.	Žirnių sriuba (be morkų) 150, Bemielių duona 35, Mažylių balandėliai su kiaušiena (be morkų) 100, Virtos bulvės 60, Pekino kopūstų salotos 50, Ridikėliai 30, Vanduo 200.	Pupelių sriuba (be morkų) 150, Bemielių duona 35, Keptas vištienos maltinukas (be morkų) 75, Biri perlinių kruopų košė 50, Kopūstų salotos su svogūnais 60, Šviežias agurkas 30, Vanduo 200.	Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (be morkų) 150, Ruginė duona 35, Kalakutienos – ryžių plovos (be morkų) 50-140, Marinuoti agurkai 40, Šviežias agurkas 40, Saldi paprika 30, Sultys 150.	Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (be morkų) 150, Bemielių duona 35, Kepta žuvis 75, Keptos bulvių skiltelės 60, Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos 50, Šviežias agurkas 30, Vanduo 200.
Pavakariai	Pavakariai	Pavakariai	Pavakariai	Pavakariai
Varškės ir ryžių apkepas 150, Uogų padažas 25, Jogurtas 20, Pienas 200.	Virti makaronai su troškintos mėsos ir grietinės padažu (be morkų) 125-75, Marinuoti agurkai 40, Traškios cukinijų lazdelės 35, Arbata 200.	Virti varškėčiai 150, Vanilinis padažas 40, Traputis su medumi 10/15, Arbata 200.	Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliais 120, Jogurtas 40, Uogų padažas 30, Arbata 200, Vaisius 250.	Pieniška makaronų sriuba 200, Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu 35-8-18, Kmynų arbata 200, Vaisius 120.

Ugdymo įstaigoje nemokamai dalinami produktai pagal vaisių ir pieno programas.