

**SAVATINIS VALGIARAŠTIS 2 savaitė**

<b>Pusryčiai</b>			<b>Pietūs</b>		
<b>Pirmadienis</b>	6-10m	11-14m	<b>Pirmadienis</b>	6-10m	11-14m
Dribsniai su pienu	50\150	50\150	Avinžirnių sriuba su bulvėm"augalinis""tausojamas"	150	150
Sezoniniai vaisiai	50	100	Ruginė duona	30	30
Bandel4 su sezamu	30	30	Grietinė 30%	10	10
Nesaldinta arbata	200	200	Plovas su vištienos šlaunelių mėsa"tausojantis"	100\75	150\90
			Švž.daržovių rinkinukas Nr.15(morkos,agurkai)augalinis	50\50	50\50
			Stalo vanduo	200	200
<b>Antradienis</b>			<b>Antardienis</b>		
Sklindžiai su obuoliais	130	150	Pupelių sriuba su bulvėm,morkom,cukinija"augalinis"	150	150
Natūralus jogurtas	50	60	"tausojantis"		
Arbatžolių arbata su citrina	200	200	Ruginė duona	30	30
			Grietinė 30%	10	10
			Kepti orkaitėje varškėčiai su morkom	96\16	120\20
			Sezoniniai vaisiai	100	100
			Stalo vanduo	150	200
<b>Trečiadienis</b>			<b>Trečiadienis</b>		
Pieniška kvietinių kruopų kjošė su sviestu"tausojantis"	180\5	200\5	Barščių sriuba"augalinis""tausojantis"	150	150
			Ruginė duona	30	30
Juodos duonos sumuštinis su virta dešra,agurkais	20\10\10	20\10\10	Grietinė 30%	10	10
Sezoniniai vaisiai	50	100	Orkaitėje keptas kiaulienos jautienos kotletas"tauso-	75	100
Nesaldinta arbata	200	200	jantis"		
			Bulvių košė"tausojantis"	80	100
			Troškinti kopūstai "augalinis""tausojantis"	80	100
			Stalo vanduo	200	200
<b>Ketvirtadienis</b>			<b>Ketvirtadienis</b>		
Pieniška sorų kruopų košė(be sviesto)"tausojantis"	150	200	Šviežių kopūstų sriuba"augalinis""tausojantis"	150	150
			Ruginė duona	30	30
Ruginės duonos sumuštinis su sviestu,varškės sūriu,pomidoru	20\3\	20\3	Grietinė 30%	10	10
Sezoniniai vaisiai	50	100	Menkių file maltinis keptas orkaitėje"tausojantis"	50	75
Kakava su pienu	200	200	Sviesto grietinės padažas	25	30
			Bulvių košė"tausojantis"	100	100
			Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais"augalinis"	100	100
			Stalo vanduo	200	200
<b>Penktadienis</b>			<b>Penktadienis</b>		
Pilno grūdo makaronai su fermetiniu sūriu"tausojantis"	140	180	Trinta morkų moliūgų sriuba"augalinis""tausojantis"	150	150
			Ruginė duona	30	30
Sezoniniai vaisiai	100	100	Grietinė 30%	10	10
Nesaldinta arbata	200	200	Orkaitėje keptas pilno grūdo miltuose apvoliotas vištienos maltinukas"tausojantis"	75	100
			Grietinės pomidorų padažas	25	30
			Brinkinti ir išvirti grikiiai"tausojantis""augalinis"	80	100
			Morkų salotos su česnaku ir aliejaus padažu"augalinis"	80	100
			Stalo vanduo	200	200