

15.

Vilniaus lopšelis-darželis „Pušynėlis“ (I savaitė)

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
Avižinių kruopų košė su sezamo sėklomis 200/5g Trintos uogos 30g Melionas (ar kt. sezoninis vaisius) 170g Arbata be cukraus 150ml	Kvietinių kruopų košė su kokosų pienu 160; 180g Sumuštinis su sūriu ir agurku 20/10/10g Kriaušė (ar kt. sezoninis vaisius) 100g Arbata be cukraus 150ml	Sorų kruopų košė su sviestu 160; 180g Sūrio lazdele 20 g Nektarinas (ar kt. sezoninis vaisius) 150g Kakavos gėrimas su pienu be cukraus 5/100/60ml	Ryžių kruopų košė su sviestu 180/5g Bananas (ar kt. sezoninis vaisius) 100; 140g Arbata be cukraus 150ml	Grikių kruopų košė su morkomis 180/15g Duona 20g. Agurkai 30g Vynuogės(ar kt. sezoninis vaisius) 100; 120g Juoda arbata su citrina be cukraus 150/2 ml
Lešių sriuba 100; 150ml Viso grūdų ruginė duona 30; 35g Kiaulienos kotletas su daržovėmis 60; 90g Biri grikių košė 90g Raug. kopūstų salotos su kons. kukurūzais ir paprika 90g Stalo vanduo su citrina 150/2ml	Rūgštynių sriuba 150ml Viso grūdų ruginė duona 20; 35g Konvekciniėje keptos viščiukų kulšėlės 70; 90g Biri ryžių kruopų košė 80; 90g Morkų - salierų salotos 60; 70g Marinuoti agurkai 20; 30g Stalo vanduo su apelsinais 150/20ml	Žirnių sriuba 100; 150ml Viso grūdų ruginė duona 25; 35g Troškintas veršienos kukulis su daržovių padažu 60/40g Virti pilno grūdų makaronai su sviestu 70/3; 100/4g Švž.daržovių rinkinukas (švieži agurkai, paprikos lazdelės) 70;90g Stalo vanduo su apelsinais 150/30ml	Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis 150 ml Viso grūdų ruginė duona 20; 30g Višč.šlaunelių mėsos guliašas 75; 90g Virtos bulvės su sviestu ir krapais 70; 90g Gužinės salotos su agurkais ir pomidorais 80; 90g Geriamas vanduo su mėty lapeliais 150ml	Raugintų kopūstų sriuba 150ml. Grietinė 5g Viso grūdų ruginė duona 20g Menkės apkepamas su daržovėmis 75; 90g Biri ryžių kruopų košė 70; 80g Burokėlių salotos su obuoliais 60; 70g. Žirneliai 20g Kmyrų ir obuolių sulčių gėrimas 150; 200ml
Varškės viršinukai iš ryžių miltų 120g Natūralus jogurtas 30g Arbata be cukraus 150ml	Sklindžiai su obuoliais 110 g Trintos uogos 30g Pienas 150ml	Orkaitėje keptas omletas 110g. Duona 30; 35g Pomidorų salotos su alyvuogių aliejumi 40 g Arbata be cukraus 150ml	Varškės apkepas 100 g Natūralus jogurtas 125 g Arbata be cukraus 150ml	Pieniška sriuba su pilno grūdų makaronais 160/80ml Sumuštinis su sviestu ir fermentiniu sūriu 20/5/12g Arbata be cukraus 150ml

P A R A M A: "Vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programa".

Valstybinė maisto ir veterinarijos tarnyba 8 800 404 03

* Atsiradus nenumatytoms sąlygoms valgiaraštis gali kisti.

Vilniaus lopšelis-darželis „Pušynėlis“ (I savaitė)

115.

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
Tiršta miežinių kruopų košė su alyvuogių aiejumi 200/4g Sūrio lazdelė 20g Vynuogės (ar kt. sezoninis vaisius) 120g Arbata be cukraus 150ml	Penkių grūdų košė su linų sėmenimis 150/3; 180/5g Sumuštinis su sūriu ir agurku 20/10/10g Nektarinai (ar kt. sezoninis vaisius) 100; 150g Arbata be cukraus 150ml	Kviečių kruopų košė su sviestu 170/5g Apelsinai (ar kt. sezoninis vaisius) 140g Kakavos gėrimas su pienu be cukraus 5/100/60ml	Virtas kiaušinis 1vnt. Jogurtinis padažas 15g Viso grūdų duonos sumuštinis su sviestu ir fermentiniu sūriu 20/5/10 g. Agurkai 30g Bananas (ar kt. sezoninis vaisius) 100; 140g Arbata be cukraus 150ml	Tiršta kukurūzų kruopų košė 200/5 g Kriaušės (ar kt. sezoninis vaisius) 160g Arbata be cukraus 150ml
Žirnių sriuba 150ml Viso grūdų ruginė duona 20; 35g Ryžių plovas su vištiena 100/60; 120/80g Raugintų agurkų salotos su kons. kukurūzais 60; 80g Švž.morkų traškios lazdelės 20g Stalo vanduo su citrina 150/2ml	Šviežių burokėlių sriuba 150ml Viso grūdų ruginė duona 20; 30g Troškinta kiaulienos mėsa 90;120g Biri grikių košė 70; 80g Švž.daržovių rinkinukas (pomidorai, agurkai) 60; 80g Stalo vanduo su citrina 150/2ml	Baltųjų pupelių sriuba 100; 150ml Viso grūdų ruginė duona 30; 35g Malta veršiena su pilno grūdų makaronais 65/90; 90/100g Daržovių rinkinukas (pomidorai, paprika, ridikai) 90g Geriamas vanduo su mėty lapeliais 150 ml	Pomidorinė ryžių sriuba su daržovėmis 150ml Viso grūdų ruginė duona 20; 35g Kepas su garais kapotos kalakutienos kepsnys 80g Bulvių košė su sviestu 70/2; 100/5g Balgagūžių kopūstų salotos su morkomis 50/5; 70/7g. Kons.kukurūzai 30g Stalo vanduo su apelsinais 190/15ml	Trinta morkų ir moliūgų sriuba 150ml Viso grūdų ruginė duona 25; 35g Jūrinės lydekos ir laišos filė kukuliai 70; 90g Ryžių kruopos 70; 80g Virtų burokėlių ir marinuotų agurkų salotos. Žirneliai 60/5/20; 70/5/20g Stalo vanduo su apelsinais 190/15ml
Lietiniai blynėliai 120 g Natūralus jogurtas 30; 50g Arbata be cukraus 150ml	Virtos bulvės apkeptos konvekciniėje krosnyje 150 g Brokoliai 50 g Kefyras 150ml	Varškės virtinukai iš ryžių miltų 100 g Grietinės ir sviesto padažas su cinamonu 15; 20g Arbata be cukraus 150ml	Blynai su kakava 90; 110g Trintos uogos 25g Pienas 150 ml	Pieniška sriuba su griekiais 100/80ml Sumuštinis su sviestu ir fermentiniu sūriu 20/5/12g Arbata be cukraus 150ml

P A R A M A: "Vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programa".
Valstybinė maisto ir veterinarijos tarnyba 8 800 404 03
* Atsiradus nenumatytoms sąlygoms valgiaraštis gali kisti.
Vilniaus lopšelis-darželis „Pušynėlis“ (II savaitė)

1115.

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
Sonų kruopų košė su aliejiniais 170/5g Natūralus jogurtas 125g Nektarinai (ar kt. sezoniniai vaisius) 140; 150g Arbata be cukraus 150ml	Orkaitėje keptas omletas. Viso grūdų ruginė duona 100/25; 100/40g Švieži agurkai 40g Vynuogės (ar kt. sezoniniai vaisius) 100; 120g Arbata be cukraus 150ml	Miežinių kruopų košė 160 g Sūrio lazdelė 20g Viso grūdų ruginė duona su sviestu 20/3; 20/7g Kriaušės (ar kt. sezoniniai vaisius) 100; 120g Arbata be cukraus 150ml	Tišta grikių kruopų košė su sviestu 150/5; 170/5g Sumuštinis su sviestu 20/5g. Agurkai 15 g Melionas (ar kt. sezoniniai vaisius) 150; 170g Arbata su citrina be cukraus 145/5ml	Avižinių dribsnių kruopų košė su obuoliais ir cinamonu 200/10 Bananiai (ar kt. sezoniniai vaisius) 120 g Arbata su citrina be cukraus 145/5ml
Špinatų sriuba su bulvėmis, kiaušiniu ir grietine 100/5/3; 150/10/5ml Viso grūdų ruginė duona 35g Troškinta vištiena mėsa su daržovėmis, žirneliais grietinėlės padaže 60/30; 70/40 g Kuskuso kruopų košė 80; 100g Šv. agurkų ir kopūstų salotos su nat. jogurtu 80/8g. Paprikos lazdelės 20g Stalo vanduo su apelsinais 190/15ml	Šviežių burokėlių sriuba su pupelėmis 150ml Viso grūdų ruginė duona 20; 35g Vištienos apkepamas 80; 90g Biri ryžių kruopų košė 70; 90g Morkų salotos su česnakais 50g. Daržovių rinkinukas (ridikai, agurkai) 40 g Geriamas vanduo su mėty lapeliais 150 ml	Daržovių sriuba su makaronais 150 ml Viso grūdų ruginė duona 25; 30g Garuose keptas maltos jautienos šnicelis su avižių sėlenomis 70; 80g Perlinės kruopos 70; 80 g Daržovių rinkinukas (kons. kukurūzai, agurkai, pomidorai) 70; 80 g Stalo vanduo su citrina 150/2ml	Raugintų kopūstų sriuba 150ml Viso grūdų ruginė duona 25; 30g Tarkuotų bulvių plokštainis su kiaulienos mėsa 100/20; 200/50g Grietinė 30g Šv. daržovių traškios lazdelės (morkos, paprika Geriamas vanduo su mėty lapeliais 150 ml	Tišta daržovių sriuba su jautiena ir avižiniais 100; 150ml Viso grūdų ruginė duona 30; 35g Orkaitėje kepta lašiša 60; 80g Biri ryžių kruopų košė 70; 90g Virtų burokėlių salotos 50/5; 60/6 g. Marinuoti agurkai 30g Stalo vanduo su citrina 150/2ml
Pilno grūdų ir kiet. kv. makaronai su alyv. aliejumi 150 g Sūris 20g. Pomidorai 50 g Arbata be cukraus 150ml	Mieliniai blynai 90; 100g Trintos uogos 30g Pienas 100ml	Kibinas su mėsa 60/20; 70/30g Arbata be cukraus 150ml	Varškės - ryžių apkepamas 100g Natūralus jogurtas 30g Arbata be cukraus 150ml	Virti kiaušiniai 1 vnt. Sumuštinis su sviestu ir fermentiniu sūriu 35/5/15g. Pomidorai 30g Arbata be cukraus 150ml

P A R A M A: "Vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programa".
Valstybinė maisto ir veterinarijos tarnyba 8 800 404 03
* Atsiradus nenumatytoms sąlygoms valgiaraštis gali kisti.