2savaitė – Pirmadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Penkių kruopų (kviečių, rugių, miežių, grikių, žirnių ar kt.) košė  su saulėgrąžomis (tausojantis) |
| Varškės sūris 13% |
| Uogos |
| Pienas 2,5% |
| Sezoninių vaisių lėkštelė |

**Pietūs 12:00 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Ryžių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis) |
| Pilno grūdo ruginė duona |
| Vištiena troškinta su grietinėle ir daržovėmis(morkomis,  cukinijomis, šparaginėmis pupelėmis) (tausojantis) |
| Virti miežiniai perliukai (tausojantis) |
| Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės) |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba  žalumynais) |

**Vakarienė 15:30 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Virti makaronai (tausojantis) (augalinis) |
| Troškintos maltos jautienos padažas (tausojantis) |
| Troškintos daržovės (tausojantis) (augalinis) |
| Nesaldinta vaisinė arbata |
|  |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

2 savaitė – Antradienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Avižinių kruopų košė su trintomis uogomis (tausojantis) |
| Sezoninių vaisių lėkštelė |
| Pienas 2,5% |

**Pietūs 12:00 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Daržovių (kopūstų, žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų ar  kt.) sriuba (tausojantis) (augalinis) |
| Pilno grūdo ruginė duona |
| Bulvių plokštainis su vištiena |
| Jogurtinė grietinė 10% |
| Morkų lazdelės |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba  žalumynais) |

**Vakarienė 15:30 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Orkaitėje keptos bulvės su fermentiniu sūriu (45%) (tausojantis) |
| Burokėlių salotos su žaliaisiais žirneliais ir nerafinuotu alyvuogių  aliejumi (augalinis) |
| Nesaldinta arbatžolių arbata |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

2 savaitė – Trečiadienis

**Pusryčiai 8:30**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Pilno grūdo avižiniai dribsniai su pienu (2,5%) (tausojantis) |
| Pilno grūdo ruginės duonos sumuštinis su virtais kiaušiniais,  pomidorais |
| Sezoninių vaisių lėkštelė |
| Nesaldinta vaisinė arbata |

**Pietūs 12:00 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis) |
| Pilno grūdo ruginė duona |
| Plovas su kalakutiena (tausojantis) |
| Marinuoti agurkai |
| Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės) |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba  žalumynais) |

**Vakarienė 15:30 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Spelta miltų sklindžiai su obuoliais |
| Natūralus jogurtas 3,5% |
| Uogos |
| Pienas 2,5% |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

2 savaitė – Ketvirtadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Pieniška manų kruopų košė su vyšniomis (be kauliukų) (tausojantis) |
| Varškės sūris 19% |
| Sezoninių vaisių lėkštelė |
| Nesaldinta žolelių arbata |

**Pietūs 12:00 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Trinta daržovių sriuba (tausojantis) (augalinis) |
| Viso grūdo ruginė duona |
| Orkaitėje kepti kiaulienos kukuliai (tausojantis) |
| Virti makaronai (tausojantis) |
| Baltagūžių kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis (augalinis) |
| Šviežių daržovių rinkinukas (3 rūšių daržovės) |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba  žalumynais) |

**Vakarienė 15:30 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Bulvių košė (tausojantis) |
| Pienas 2,5% |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

2 savaitė – penktadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Virti kiaušiniai |
| Virtos grikių kruopos (tausojantis) (augalinis) |
| Žirneliai (konservuoti) |
| Sezoninių vaisių lėkštelė |
| Nesaldinta vaisinė arbata |

**Pietūs 12:00**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis) |
| Viso grūdo ruginė duona |
| Jūrinių lydekų file kotletai |
| Bulvių košė (tausojantis) |
| Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo alyvuogių  aliejumi |
| Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės) |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba  žalumynais) |

**Vakarienė 15:30 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Varškės ir morkų apkepas (tausojantis) |
| Natūralus jogurtas 2,5% |
| Viso grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu (82%), fermentiniu sūriu (45%), pomidorais ir agurkais (tausojantis) |
| Nesaldinta čiobrelių arbata |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

1. savaitė – Pirmadienis

# Pusryčiai 8:30 val.

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Avižinių kruopų košė paskaninta sviesto gabalėliu,  braškėmis (tausojantis) |
| Sezoninių vaisių lėkštelė |
| Nesaldinta arbatžolių arbata |

**Pietūs 12:00 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Daržovių sriuba (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių,  paprikų) su makaronais (tausojantis) (augalinis) |
| Pilno grūdo ruginė duona |
| Orkaitėje kepti kiaulienos-jautienos kukuliai  (tausojantis) |
| Avinžirnių troškinys (tausojantis) (augalinis) |
| Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės) |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais) |

**Vakarienė 15:30 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Grikių kruopų blynai su varške |
| Natūralus jogurtas 2,5% |
| Pienas 2,5% |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

3 savaitė – Antradienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis) |
| Viso grūdo ruginės duonos sumuštinis su tepamu sūreliu,  pomidorais ir agurkais |
| Sezoninių vaisių lėkštelė |
| Nesaldinta kmynų arbata |

# Pietūs 12:00 val.

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Žirnelių sriuba (tausojantis) (augalinis) |
| Pilno grūdo ruginė duona |
| Šutinta vištienos file su žalumynais ir grietinėle (tausojantis) |
| Bulvių košė (tausojantis) |
| Burokėlių ir obuolių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus  užpilu (augalinis) |
| Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės) |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba  žalumynais) |

**Vakarienė 15:30 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Pilno grūdo makaronai su fermentiniu sūriu (45%) (tausojantis) |
| Varškės sūris 13% |
| Nesaldinta arbatžolių arbata |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną

3 savaitė -Trečiadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Pieniška ryžių košė paskaninta gabalėliu sviesto (82%) ir  uogomis (tausojantis) |
| Sezoninių vaisių lėkštelė |
| Nesaldinta arbatžolių arbata |

# Pietūs 12:00 val.

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis) |
| Juoda duona su saulėgrąžomis |
| Orkaitėje keptas kalakutienos maltinukas (tausojantis) |
| Perlinis kuskusas (tausojantis) (augalinis) |
| Šviežių agurkų salotos su krapais (augalinis) |
| Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės) |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba žalumynais) |

**Vakarienė 15:30 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Mieliniai blynai su bananais ir trintais obuoliais |
| Natūralus jogurtas 2,5% |
| Ryžių traputis |
| Nesaldinta vaisinė arbata |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal

3 savaitė – Ketvirtadienis

# Pusryčiai 8:30 val.

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Omletas su avižų sėlenomis ir žalumynais (tausojantis) |
| Juoda duona su saulėgrąžomis |
| Pjaustyti pomidorai |
| Sezoninių vaisių lėkštelė |
| Nesaldinta mėtų arbata |

**Pietūs 12:00 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis) |
| Viso grūdo ruginė duona |
| Orkaitėje kepti kiaulienos maltiniai (netikras "zuikis") (tausojantis) |
| Pilno grūdo makaronai (tausojantis) (augalinis) |
| Pekino kopūstų ir pomidorų salotos su šalto spaudimo alyvuogių  aliejumi (augalinis) |
| Šviežių daržovių rinkinukas (3 rūšių daržovės) |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba  žalumynais) |

**Vakarienė 15:30 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Varškės spygliukai (tausojantis) |
| Natūralus jogurtas 2,5% |
| Grikių trapučiai |
| Nesaldinta vaisinė arbata |

3 savaitė – Penktadienis

**Pusryčiai 8:30 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Pieniška kvietinių kruopų košė pagardinta gabalėliu sviesto  (tausojantis) |
| Sezoninių vaisių lėkštelė |
| Nesaldinta vaisinė arbata |

**Pietūs 12:00 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Trinta daržovių (žiedinių kopūstų, brokolių, žirnelių, paprikų) sriuba  (tausojantis) (augalinis) |
| Orkaitėje kepti menkių file maltinukai (tausojantis) |
| Virti ryžiai su kariu (tausojantis) (augalinis) |
| Šviežių daržovių (paprikų, agurkų, pomidorų, svogūnų) salotos su šalto  spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis) |
| Šviežių daržovių rinkinukas (2 rūšių daržovės) |
| Stalo vanduo (paskanintas vaisių, daržovių gabaliukais arba  žalumynais) |

**Vakarienė 15:30 val.**

|  |
| --- |
| **Patiekalo pavadinimas** |
|
|
| Orkaitėje kepti varškėčiai (tausojantis) |
| Uogos |
| Juoda duona su saulėgrąžomis ir sviestu (82%) |
| Nesaldinta arbatžolių arbata |

Pastaba: vaisiai, uogos ir daržovės, kaip priedai prie patiekalų, parenkami pagal sezoną