

Pusryčiai 8.30–8.45 val.	Išėiga (g)		Pietūs 12.00–12.30 val.	Išėiga (g)		Vakarienė 15.30–15.50 val.	Išėiga (g)	
	L	D		L	D		L	D
<u>PIRMADIENIS</u>								
Omletas (tausojantis)	80	100	Barščiai su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	100	150	Virti makaronai su varške ir sviestu (tausojantis)	120/40/4	150/50/5
Konservuoti žalieji žirneliai arba kukurūzai	20	30	Ruginė duona (viso grūdo)	25	30		Arbatžolių arbata (nesaldinta)	150
Pomidorai	20	30	Troškintos kiaulienos lazdelės (tausojantis)	70	85	Pienas (parama)		
Šviesi duona (viso grūdo)	20	30	Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	60	80			
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	150	200	Pekino kopūstų, agurkų salotos su nerafinuotu aliejumi	60	80			
Vaisiai 10.30 val.	120	100	Pagardintas stalo vanduo	150	200			
<u>ANTRADIENIS</u>								
Tiršta penkių javų kruopų košė (tausojantis)	150	200	Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	100	150	Sklindžiai Uogienė Arbatžolių arbata (nesaldinta)	100	120
Sviestas	6	8	Ruginė duona (viso grūdo)	25	30		Jogurtas (parama)	15
Kakava su pienu (saldinta)	100	150	Troškinta vištiena (tausojantis)	50/20	60/40			150
Vaisiai 10.30 val.	100	100	Bulvių košė su brokoliais (tausojantis)	60	80			
			Morkų salotos su obuoliais ir nerafinuotu aliejumi	40	50			
			Pomidorai	20	30			
			Pagardintas stalo vanduo	150	200			
<u>TREČIADIENIS</u>								
Kukurūzų, moliūgų košė (tausojantis) (augalinis)	120	150	Špinatų sriuba su bulvėmis (tausojantis) (tausojantis)	100	150	Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliais (tausojantis)	160	180
Sviestas	6	8	Ruginė duona (viso grūdo)	25	30		Natūralaus jogurto ir uogienės padažas	30
Natūralus jogurtas	150	150	Troškinta jautienos maltinukas (tausojantis)	60	75	Arbatžolių arbata (nesaldinta)		150
Trintas šaldytų uogų padažas	20	30	Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	60	80		Pienas (parama)	
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	150	200	Troškinti kopūstai	75	100			
Vaisiai 10.30 val.	120	150	Pagardintas stalo vanduo	150	200			
<u>KETVIRTADIENIS</u>								
Kvietinių kruopų košė (tausojantis)	150	200	Pupelių sriuba su bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	100	150	Grikių kruopų kotletukai su sūriu (tausojantis)	120	150
Sviestas	6	8	Ruginė duona	25	30		Jogurto padažas su žalumynais	30
Sūrio lazdelės	20	20	Virti kalakutienos kukuliukai (tausojantis)	70	80	Agurkai		30
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	150	200	Bulvių košė su ciberžolėmis (tausojantis)	60	80		Arbatžolių arbata (nesaldinta)	150
Vaisiai 10.30 val.	120	120	Burokėlių salotos/ Konservuoti žalieji žirneliai arba kukurūzai	50/20	60/30	Obuoliai (parama)		
			Pagardintas stalo vanduo	150	200			
<u>PENKTADIENIS</u>								
Ryžių košė (tausojantis)	150	200	Trinta daržovių sriuba (tausojantis) (augalinis)	100	150	Varškės ir morkų apkepas (tausojantis)	100	120
Sviestas	5	8	Skrebučiai	8	10		Trintas šaldytų uogų padažas	20
Traputis su džemu	10/15	10/15	Žuvies pjausnys (tausojantis)	60	80	Arbatžolių arbata (nesaldinta)		150
Arbatžolių arbata (nesaldinta)	150	200	Virti griekiai (tausojantis) (augalinis)	60	80			
Vaisiai 10.30 val.	120	120	Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su nerafinuotu aliejumi	60	70			
			Pagardintas stalo vanduo	150	200			