

VILNIAUS LOPŠELIO DARŽELIO „GERVELĖ“ VALGIARAŠTIS

I SAVAITĖS

	PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
P U S R Y Č I A I	Penkių grūdų košė paskaninta pienu ir džiovintais abrikosais 150g; Pienas 150ml; Sezoninis vaisius 100g; Nesaldinta arbata 150ml;	Avižinių dribsnių kokosinė košė paskaninta augaliniu pienu ir cinamonu 200/10g; Sūrio lazdelė 20g; Sezoninis vaisius 100g; Nesaldinta arbata 150ml;	Orkaitėje keptas omletas 80g; Viso grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu, fermentiniu sūriu ir agurko griežinėliu 20/5/10/15g; Sezoninis vaisius 100g; Nesaldinta arbata 150ml;	Manų kruopų košė paskaninta pienu ir sviestu 150g; Plaktos varškės desertas su trintomis uogomis 80/20g; Sezoninis vaisius 100g; Nesaldinta arbata 150ml;	Grikių kruopų košė su kepintomis šakninėmis daržovėmis 200g; Trapučiai 20g; Sezoninis vaisius 100g; Nesaldinta arbata 150ml;
P R I E Š P .	Kietųjų kviečių makaronų ir daržovių sriuba 150g; Duona 25g; 	Žirnių sriuba 150g; Duona 25g;	Raudonųjų lęšių sriuba 150g; Duona 25g; 	Burokėlių ir pupelių sriuba 150g; Duona 25g;	Žuvenė su kukuliais 150g; Duona 25g; 
P I E T Ū S	Orkaitėje kepti jautienos ir kiaulienos mėsos kukuliai 100g; Troškintos daržovės (morkos, cukinijos, paprikos, bulvės) 250g; Švieži agurkai 50g; Stalo vanduo su apelsiniais 150 ml; 	Kapotos vištienos filė mėsos kepsneliai 100g; Perlinių kruopų košė skaninta sviestu 120/3g; Virtų burokėlių salotos (lazdelėmis) su citrinų-aliejaus užpilu 80/8g; Konservuoti žirneliai 30g; Stalo vanduo su citrina 150 ml;	Troškinta vištiena su prieskoninėmis daržovėmis ir grietinėle 80/30 g; Bulvių košė su sviestu 150/5g; Agurkų ir pomidorų salotos su alyvuogių aliejumi 50/5g; Švž. paprikų lazdelės 30g; Stalo vanduo su citrina 150 ml;	Kietųjų kviečių makaronai su "Bolognese" padažu (jautiena ir daržovės) 180/80g; 3-jų rūšių daržovės (ridikėliai, paprikos, agurkai) 100g; Stalo vanduo su vaisiais/uogomis 150ml;	Ryžių plovai su vištienos mėsa 150/50g; Virtų burokėlių, kons. žirnelių, mar. agurkų salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu 100/10g; Stalo vanduo su citrina 150 ml;
V A K A R I E N Ė	Virti kietųjų kviečių makaronai su fermentinio sūrio drožlėmis 150/20g; Pomidorų padažas 15g; Sezoninis vaisius 100g; Nesaldinta arbata 150 ml;	Varškės apkepas su kukurūzų kruopomis 150g; Natūralus jogurtas 30g; Trintos uogos 20 g; Obuolių sulčių gėrimas 100ml;	Pieniška ryžių kruopų košė paskaninta sviestu 100/3g; Mielinė bandelė 50g; Pienas 150ml; Sezoninis vaisius 80g.	Mieliniai blynėliai 100g; Grietinė 20g; Trintos uogos 30g; Obuolių sulčių gėrimas 150 ml; 	Tradiciniai varškės virtinukai 130g; Vanilinio skonio sviesto ir grietinės padažas 20g; Sezoninis vaisius 50g; Nesaldinta arbata 150 ml;

* Dėl nenumatytų atvejų meniu gali keistis

* ES Programos „Vaisių ir daržovių bei pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose“. Tiekėjai „Žemaitijos pienas“, UAB „Vaisiai jums“



VILNIAUS LOPŠELIO DARŽELIO „GERVELĖ“ VALGIARAŠTIS

II SAVAITĖS

	PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
P U S R Y Č I A I	Pieniška sorų kruopų košė paskaninta sviestu 150/5g; Trintos uogos 25g; Pienas 150g; Sezoninis vaisius 100g;	Manų kruopų košė paskaninta pienu ir sviestu 200g; Trintos uogos 20g; Sūrio lazdelė 20g; Sezoninis vaisius 100g; Nesaldinta arbata 150 ml;	Pieniška miežinių kruopų košė paskaninta dž. abrikosais 150g; Sezoninis vaisius 100g; Jogurtas 125 g; Nesaldinta arbata 150 ml;	Avižinių dribsnių košė paskaninta pienu ir sviestu 150/5g; Karštas sumuštinis su fermentiniu sūriu ir dešrelėmis 22/15/20g; Sezoninis vaisius 150g; Nesaldinta arbata 150ml;	Pieniška tiršta kukurūzų kruopų košė su sviestu 150/5g; Plakta varškė 80g; Trintos uogos 30g; Sezoninis vaisius 100g; Nesaldinta arbata 150ml;
P R I E Š P .	Avinžirnių sriuba 150g; Duona 25g;	Pomidorinė sriuba su ryžiais 150g Duona 25g;	Kreminė moliūgų ir raudonųjų lęšių sriuba 150g; Skrebučiai 6 g;	Šviežių kopūstų sriuba 150g; Duona 30g;	Žuvienė su lęšiais 100g; Duona 25g;
P I E T Ū S	Jautienos mėsos ir kepinų prieskoninių daržovių maltinukas 100g; Virti kietųjų kviečių makaronai 150g; Švž pomidorai 100g; Stalo vanduo su citrina 150 ml; 	Troškinta vištiena su prieskoninėmis daržovėmis ir grietinėlė 80/30g; Virtos bulvės gardintos šviežiais krapais 150g; Paprikų lazdelės 30g; 2-jų rūšių daržovės (agurkai, pomidorai) 80g; Stalo vanduo su vaisiais/uogomis 150ml	Kalakutienos mėsos frikadelės troškintos savo sultyse 100g; Grikių kruopų košė paskaninta sviestu 120/3g; Šviežių kopūstų salotos su morkomis ir citrinų-aliejaus užpilu 70/7g; Švž. agurkai 50g; Stalo vanduo su apelsinais 150 ml;	Orkaitėje keptas vištienos mėsos ir daržovių apkepas 100g; Bulvių košė su sviestu 150/5g; Virtų burokėlių salotos (lazdelėmis) su citrinų-aliejaus užpilu 80/8g; Ridikėliai (arba baltas ridikas) 30g; Stalo vanduo su citrina 150 ml;	Ryžių plovos su kiaulienos mėsa 180/70g; 3-jų rūšių daržovės (morkos, agurkai, paprikos) 100g; Stalo vanduo su citrina 150 ml;
V A K A R I E N Ė	Orkaitėje keptas omletas 100g; Viso grūdo batono sumuštinis su sviestu ir fermentiniu sūriu 22/7/12g; 2-jų rūšių daržovės (paprikos, švieži agurkai) 70g; Nesaldinta arbata 150ml;	Lęšių lietiniai blynai vamzdeliai 120g; Natūralus jogurtas 30g; Trintos uogos 20 g; Nesaldinta kmynų arbata 150 ml;	Virtos pieniškos dešrelės 50g; Virti kietųjų kviečių makaronai 100g; Švž pomidorai 100g; Nesaldinta arbata 150 ml; Sezoninis vaisius 80g;	Orkaitėje kepti varškėčiai 100g; Trintos uogos 30 g; Pienas 200g; Nesaldinta arbata 150 ml;	Grikių kruopų košė paskaninta sviestu 150/5g; Pienas 150g; Sezoninis vaisius 100g; Nesaldinta arbata 150 ml;

* Dėl nenumatytų atvejų meniu gali keistis

* ES Programos „Vaisių ir daržovių bei pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose“. Tiekėjai „Žemaitijos pienas“, UAB „Vaisiai jums“



VILNIAUS LOPŠELIO DARŽELIO „GERVELĖ“ VALGIARAŠTIS

III SAVAITĖS

	PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
P U S R Y Č I A I	Avižinių dribsnių kokosinė košė paskaninta pienu 150g; Sūrio lazdelė 40g; Sezoninis vaisius 100g; Nesaldinta arbata 150 ml;	Manų kruopų košė paskaninta pienu ir sviestu 150g; Trintos uogos 25g; Sezoninis vaisius 100g; Nesaldinta arbata 150ml;	Orkaitėje keptas omletas 90g; Viso grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu, fermentiniu sūriu ir agurko griežinėliu 30/7/12/20 g; Sezoninis vaisius 100g; Nesaldinta arbata 150ml;	Pieniška sorų kruopų košė paskaninta sviestu 200/5g; Trintos uogos 25g; Sezoninis vaisius 100 g; Nesaldinta arbata 150ml;	Pieniška ryžių kruopų košė paskaninta sviestu 150/5g; Jogurtas 125 g; Sezoninis vaisius 100g; Nesaldinta arbata 150ml;
P R I E Š P .	Žirnių sriuba 150g; Duona 25g;	Burokėlių ir pupelių sriuba 150g; Duona 25g;	Kietųjų kviečių makaronų ir daržovių sriuba 150g; Duona 25g;	Baltųjų pupelių sriuba 150g; Duona 30g;	Žuvienė su lęšiais 150g Duona 25g;
P I E T Ū S	Orkaitėje kepti maltos kiaulienos sprandinės mėsos kukulaičiai 80g; Bulvių košė 100/5g; 3-jų rūšių daržovių lėkštė (morkos, agurkai, paprikos) 100g; Stalo vanduo su apelsinais 150 ml;	Orkaitėje keptas vištienos kepsnis 80g; Virti kietųjų kviečių makaronai paskaninti sviestu 100/3g; Morkų salotos su citrinų-aliejaus užpilu 80/7 g; Stalo vanduo su citrina 150 ml;	Ryžių plovos su vištienos mėsa 150/50g; Šviežių kopūstų, kukurūzų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi 100/7g; Stalo vanduo su citrina 150 ml;	Jautienos ir kiaulienos mėsos šnicelis 100g; Grikių kruopų košė paskaninta alyvuogių aliejumi 120/5g; Pekino kopūstų salotos su citrinų-aliejaus užpilu 50/5g; Ridikėliai 30g; Konservuoti kukurūzai 30g; Stalo vanduo su vaisiais/uogomis 150ml;	Varškės apkepas su kukurūzų kruopomis 150g; Grietinė 30g; Trintos uogos 30g; Nesaldinta kmynų arbata 150 ml; 
V A K A R I E N Ė	Varškės ir ryžių apkepas 150g; Natūralus jogurtas 30g; Trintos uogos 20g; Sezoninis vaisius 80g; Nesaldinta arbata 150 ml;	Mieliniai sklandžiai su obuoliais 80g; Trintos uogos 30g; Natūralus jogurtas 30g; Sezoninis vaisius 80g; Nesaldinta arbata 150 ml;	Orkaitėje keptos daržovių lazdelės 200g; Sūrio lazdelės 40g; Sezoninis vaisius 100g; Obuolių sulčių gėrimas 100ml;	Mielinė bandelė su cinamonu 50g; Plaktos varškės desertas su trintomis uogomis 80/20g; Pienas 150ml; Nesaldinta kmynų arbata 150ml;	Virti kietųjų kviečių makaronai su fermentinio sūrio drožlėmis 150/35g; 3-jų rūšių daržovės (agurkai, pomidorai, paprikos) 110g; Nesaldinta arbata 150 ml;

Dėl nenumatytų atvejų meniu gali keistis

* ES Programos „Vaisių ir daržovių bei pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose“. Tiekėjai „Žemaitijos pienas“, UAB „Vaisiai jums“

