

# VILNIAUS LOPŠELIO DARŽELIO „GERVELĖ“ VALGIARAŠTIS, DZŪKŲ g.

## I SAVAITĖS

|                                           | PIRMADIENIS                                                                                                                                                                                                                                                       | ANTRADIENIS                                                                                                                                                                                                                                | TREČIADIENIS                                                                                                                                                                                                                          | KETVIRTADIENIS                                                                                                                                                                                 | PENKTADIENIS                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| P<br>U<br>S<br>R<br>Y<br>Č<br>I<br>A<br>I | Penkių grūdų košė paskaninta pienu ir džiovintais abrikosais 150g;<br>Pienas 150ml;<br>Sezoninis vaisius 100g;<br>Nesaldinta arbata 150ml;                                                                                                                        | Avižinių dribsnių košė paskaninta pienu ir cinamonu 200/10g;<br>Sūrio lazdelė 40g;<br>Sezoninis vaisius 100g;<br>Nesaldinta arbata 150ml;                                                                                                  | Orkaitėje keptas omletas 100g;<br>Viso grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu, fermentiniu sūriu ir agurko griežinėliu 20/5/10/15g;<br>Sezoninės uogos 100g;<br>Nesaldinta arbata 150ml;                                          | Manų kruopų košė paskaninta pienu ir sviestu 150g;<br>Plaktos varškės desertas su trintomis uogomis 100/30g;<br>Sezoninis vaisius 100g;<br>Nesaldinta arbata 150ml;                            | Grikių kruopų košė kepintomis šakninėmis daržovėmis 200g;<br>Trapučiai 20g;<br>Sezoninis vaisius 100g;<br>Sezoninės uogos 50g;<br>Nesaldinta arbata 150ml;                       |
| P<br>R<br>I<br>E<br>Š<br>P<br>.           | Kietųjų kviečių makaronų ir daržovių sriuba 150g;<br>Duona 30g;                                                                                                                                                                                                   | Daržovių ir kvietinių kruopų sriuba 150g;<br>Duona 40g;                                                                                                                                                                                    | Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis 150g;<br>Duona 30g;                                                                                                                                                                           | Burokėlių ir rūgštynių sriuba 150g;<br>Duona 30g;<br>Grietinė 5g;                                                                                                                              | Žuvienė su kukulaičiais 150g;<br><br>Duona 30g;                                               |
| P<br>I<br>E<br>T<br>Ū<br>S                | Orkaitėje kepti jautienos ir kiaulienos mėsos kukulaičiai 100g;<br>Grikių kruopų košė paskaninta sviestu 150/5g;<br>Pekino kopūstų, krapų, morkų, kukurūzų salotos su citrinų-aliejaus užpilu 50/5g;<br>Švieži agurkai 50g;<br>Stalo vanduo su apelsinais 150 ml; | Kapotos vištienos filė mėsos kepsneliai 100g;<br>Ryžių kruopų košė paskaninta sviestu 150/5g;<br>Virtų burokėlių salotos (lazdelėmis) su citrinų-aliejaus užpilu 100/10g;<br>Konservuoti žirneliai 40g;<br>Stalo vanduo su citrina 150 ml; | Troškinta vištiena su prieskoninėmis daržovėmis ir grietinėle 100/50 g;<br>Bulvių košė su sviestu 150/5g;<br>Agurkų ir pomidorų salotos su alyvuogių aliejumi 80/5g;<br>Švž. paprikų lazdelės 50g;<br>Stalo vanduo su citrina 150 ml; | Kietųjų kviečių makaronai su "Bolognese" padažu (jautienos mėsa ir daržovės) 180/100g;<br>3-jų rūšių daržovės (ridikėliai, paprikos, agurkai) 100g;<br>Stalo vanduo su vaisiais/uogomis 150ml; | Ryžių plovos su vištienos mėsa 220/80g;<br>Virtų burokėlių, kons. žirnelių, mar. agurkų salotos su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu 120/10g;<br>Stalo vanduo su citrina 150 ml; |
| V<br>A<br>K<br>A<br>R<br>I<br>E<br>N<br>Ė | Virti kietųjų kviečių makaronai su fermentinio sūrio drožlėmis 150/35g;<br>Pomidorų padažas 20g;<br>Sezoninis vaisius 120g;<br>Nesaldinta arbata 150 ml;                                                                                                          | Varškės apkepas su kukurūzų kruopomis 150g;<br>Natūralus jogurtas 30g;<br>Trintos uogos 30 g;<br>Obuolių sulčių gėrimas 150ml;                                                                                                             | Plikytų ryžių kruopų košė paskaninta sviestu 100/3g;<br>Mielinė bandelė 50g;<br>Pienas 150ml;<br>Sezoninis vaisius 100g.                                                                                                              | Pilno grūdo avižinių miltų blynai su obuoliais 100g;<br>Grietinė 30g;<br>Trintos uogos 25g;<br>Obuolių sulčių gėrimas 150ml;                                                                   | Tradiciniai varškės virtinukai 130g;<br>Vanilinio skonio sviesto ir grietinės padažas 20g;<br>Sezoninis vaisius 50g;<br>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, DZŪKŲ g.

## II SAVAITĖS

|                                           | PIRMADIENIS                                                                                                                                                                                                                                        | ANTRADIENIS                                                                                                                                                                                                                                 | TREČIADIENIS                                                                                                                                                                                                           | KETVIRTADIENIS                                                                                                                                                                                                                         | PENKTADIENIS                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| P<br>U<br>S<br>R<br>Y<br>Č<br>I<br>A<br>I | Pieniška sorų kruopų košė paskaninta sviestu 150/5g;<br>Trintos uogos 25g;<br>Pienas 200g;<br>Sezoninis vaisius 100g;                                                                                                                              | Manų kruopų košė paskaninta pienu ir sviestu 200g;<br>Trintos uogos 20g;<br>Sūrio lazdelė 20g;<br>Sezoninis vaisius 120g;<br>Nesaldinta arbata 150 ml;                                                                                      | Pieniška miežinių kruopų košė paskaninta dž. abrikosais 200g;<br>Sezoninės uogos 80g;<br>Jogurtas 125 g;<br>Nesaldinta arbata 150 ml;                                                                                  | Avižinių dribsnių košė paskaninta pienu ir sviestu 200/5g;<br>Karštas sumuštinis su fermentiniu sūriu ir dešrelėmis 22/15/20g;<br>Sezoninės uogos 80g;<br>Nesaldinta arbata 150ml;                                                     | Pieniška tiršta kukurūzų kruopų košė su sviestu 150/5g;<br>Plakta varškė 80g;<br>Trintos uogos 30g;<br>Sezoninis vaisius 100g;<br>Nesaldinta arbata 150ml; |
| P<br>R<br>I<br>E<br>Š<br>P<br>.           | Avinžirnių sriuba 150g;<br>Duona 30g;                                                                                                                                                                                                              | Pomidorinė sriuba su ryžiais 150g<br>Duona 40g;                                                                                                                                                                                             | Kreminė moliūgų sriuba 150g;<br>Skrebučiai 25g;                                                                                                                                                                        | Šviežių kopūstų sriuba 150g;<br>Duona 30g;                                                                                                                                                                                             | Žuvienė 150g;<br>Duona 30g;                                                                                                                                |
| P<br>I<br>E<br>T<br>Ū<br>S                | Kiaulienos ir keptų prieskoninių daržovių maltinukas 100g;<br>Virti kietųjų kviečių makaronai 180g;<br>Švž pomidorai 100g;<br>Stalo vanduo su citrina 150 ml;<br> | Troškinta vištiena su prieskoninėmis daržovėmis ir grietinėlė 100/50g;<br>Grikių kruopų košė paskaninta sviestu 150/5g;<br>Paprikų lazdelės 30g;<br>2-jų rūšių daržovės (agurkai, pomidorai) 80g;<br>Stalo vanduo su vaisiais/uogomis 150ml | Kiaulienos mėsos guliašas 100/50g;<br>Virtos bulvės gardintos šviežiais krapais 100g;<br>Šviežių kopūstų ir morkų salotos su citrinų-aliejaus užpilu 70/7g;<br>Švž. agurkai 50g;<br>Stalo vanduo su apelsinais 150 ml; | Orkaitėje keptas vištienos mėsos apkepas 100g;<br>Bulvių košė su sviestu 150/5g;<br>Virtų burokėlių salotos (lazdelėmis) su citrinų-aliejaus užpilu 80/8g;<br>Ridikėliai (arba baltas ridikas) 30g;<br>Stalo vanduo su citrina 150 ml; | Ryžių plovos su kiaulienos mėsa 180/70g;<br>3-jų rūšių daržovės (morkos, agurkai, paprikos) 100g;<br>Stalo vanduo su citrina 150 ml;                       |
| V<br>A<br>K<br>A<br>R<br>I<br>E<br>N<br>Ė | Orkaitėje keptas omletas 100g;<br>Viso grūdo batono sumuštinis su sviestu ir fermentiniu sūriu 22/7/12g;<br>2-jų rūšių daržovės (paprikos, švieži agurkai) 60g;<br>Nesaldinta arbata 150ml;                                                        | Varškės apkepas su kukurūzų kruopomis 150g;<br>Natūralus jogurtas 30g;<br>Trintos uogos 30 g;<br>Nesaldinta arbata 150 ml;                                                                                                                  | Virtos pieniškos dešrelės 50g;<br>Virti kietųjų kviečių makaronai 120g;<br>Švž pomidorai 100g;<br>Nesaldinta arbata 150 ml;<br>Sezoninis vaisius 80g;                                                                  | Orkaitėje kepti varškėčiai 120g;<br>Trintos uogos 30 g;<br>Pienas 200g;                                                                                                                                                                | Grikių kruopų košė paskaninta sviestu 200/7g;<br>Pienas 200g;<br>Sezoninis vaisius 100g;                                                                   |

\* 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, DZŪKŲ g.

## III SAVAITĖS

|                                           | PIRMADIENIS                                                                                                                                                                                       | ANTRADIENIS                                                                                                                                                                                     | TREČIADIENIS                                                                                                                                                                                                                                          | KETVIRTADIENIS                                                                                                                                                                                                                                                   | PENKTADIENIS                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| P<br>U<br>S<br>R<br>Y<br>Č<br>I<br>A<br>I | Avižinių dribsnių kokosinė košė paskaninta pienu 200g;<br>Sūrio lazdelė 40g;<br>Sezoninis vaisius 100g;<br>Nesaldinta arbata 150 ml;                                                              | Manų kruopų košė paskaninta pienu ir sviestu 200g;<br>Trintos uogos 30g;<br>Sezoninis vaisius 100g;<br>Nesaldinta arbata 150ml;                                                                 | Orkaitėje keptas omletas 100g;<br>Viso grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu, fermentiniu sūriu ir agurko griežinėliu 30/7/12/20 g;<br>Sezoninis vaisius 100g;<br>Nesaldinta arbata 150ml;                                                       | Pieniška sorų kruopų košė paskaninta sviestu 250/7g;<br>Sezoninės uogos 50g;<br>Sezoninis vaisius 100 g;<br>Nesaldinta arbata 150ml;                                                                                                                             | Pieniška ryžių kruopų košė paskaninta sviestu 150/5g;<br>Jogurtas 125 g;<br>Sezoninės uogos 100g;<br>Nesaldinta arbata 150ml;                                                                                |
| P<br>R<br>I<br>E<br>Š<br>P<br>.           | Žirnių sriuba 150g;<br>Duona 30g;                                                                                                                                                                 | Burokėlių sriuba 150g;<br>Duona 30g;                                                                                                                                                            | Kietųjų kviečių makaronų ir daržovių sriuba 150g;<br>Duona 30g;                                                                                                                                                                                       | Baltųjų pupelių sriuba 150g;<br>Duona 30g;                                                                                                                                                                                                                       | Žuvienė 150g<br>Duona 30g;                                                                                                                                                                                   |
| P<br>I<br>E<br>T<br>Ū<br>S                | Orkaitėje kepti maltos kiaulienos sprandinės mėsos kukulaičiai 100g;<br>Bulvių košė 150/5g;<br>3-jų rūšių daržovių lėkštė (morkos, agurkai, paprikos) 120g;<br>Stalo vanduo su apelsinais 150 ml; | Orkaitėje keptas vištienos kepsnys 100g;<br>Virti kietųjų kviečių makaronai paskaninti sviestu 100/3g;<br>Morkų salotos su citrinų-aliejaus užpilu 100/10 g;<br>Stalo vanduo su citrina 150 ml; | Garuose virtas vištienos ir kepintų prieskoninių daržovių maltinukas 120g;<br>Ryžių kruopų košė paskaninta sviestu 120/3g;<br>Šviežių kopūstų, kukurūzų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi 120/10g;<br>Stalo vanduo su citrina 150 ml; | Jautienos ir kiaulienos mėsos šnicelis 100g;<br>Grikių kruopų košė paskaninta alyvuogių aliejumi 120/5g;<br>Pekino kopūstų salotos su citrinų-aliejaus užpilu 50/5g;<br>Ridikėliai 30g;<br>Konservuoti kukurūzai 30g;<br>Stalo vanduo su vaisiais/uogomis 150ml; | Varškės apkepas su kukurūzų kruopomis 200g;<br>Grietinė 30g;<br>Trintos uogos 30g;<br>Nesaldinta kmynų arbata 150 ml;<br> |
| V<br>A<br>K<br>A<br>R<br>I<br>E<br>N<br>Ė | Ryžių apkepas su obuoliais 250g;<br>Trintos uogos 20g;<br>Natūralus jogurtas 30g;<br>Nesaldinta arbata 150 ml;                                                                                    | Varškės sklandžiai su obuoliais 130g;<br>Trintos uogos 30g;<br>Natūralus jogurtas 30g;<br>Sezoninis vaisius 80g;<br>Nesaldinta arbata 150 ml;                                                   | Lietinių blynų vamzdeliai 120g;<br>Trintos uogos 30 g;<br>Nesaldinta arbata 150g;                                                                                                                                                                     | Mielinė bandelė su cinamonu 50g;<br>Plaktos varškės desertas su trintomis uogomis 100/30g;<br>Pienas 150ml;<br>Nesaldinta kmynų arbata 150ml;                                                                                                                    | Virti kietųjų kviečių makaronai su fermentinio sūrio drožlėmis 150/35g;<br>3-jų rūšių daržovės (agurkai, pomidorai, paprikos) 110g;<br>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“

