

# I SAVAITĖ

<p style="text-align: center;"><b>PIRMADIENIS</b></p> <p><b><u>PUSRYČIAI</u></b> Kvietinių kruopų košė su sviestu, Šviesi duona su pupelių užtepėle, Arbatžolių arbata nesaldinta</p> <p><b><u>PIETŪS</u></b> Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis, Ruginė duona, Kiaulienos daržovių troškinys, Kopūstų salotos su agurkais ir nerafinuotu aliejumi , Pagardintas stalo vanduo Vaisiai</p> <p><b><u>VAKARIENĖ</u></b> Kepti varškėčiai, Trintų uogų padažas Arbatžolių arbata nesaldinta</p> <p><b><u>NAKTIPIEČIAI</u></b> Traputis su lydytu sūriu bei pomidoru, morkų lazdelės, Žolelių arbata nesaldinta</p>	<p style="text-align: center;"><b>KETVIRTADIENIS</b></p> <p><b><u>PUSRYČIAI</u></b> Grikių kruopų košė su nerafinuotu aliejumi Duoniukai/trapučiai Morkų užtepėlė Nesaldinta arbatžolių arbata Vaisiai</p> <p><b><u>PIETŪS</u></b> Pupelių sriuba su bulvėmis ir vištienos gabaliukais Rugine duona Troškinta kalakutiena su avinžirniais bei pomidorais savo sultyse Morkų salotos su obuoliais ir nerafinuotu aliejumi, agurkai Pagardintas stalo vanduo</p> <p><b><u>VAKARIENĖ</u></b> Bulvių košė su brokoliais Troškintu mėsos ir grietinės padažu Kefyras</p> <p><b><u>NAKTIPIEČIAI</u></b> Bandelė, žolelių arbata nesaldinta</p>
<p style="text-align: center;"><b>ANTRADIENIS</b></p> <p><b><u>PUSRYČIAI</u></b> Kukurūzų kruopų košė Cukrus su cinamonu Sviestas Duoniukai/trapučiai Varškės užtepėlė Nesaldinta arbatžolių arbata Vaisiai</p> <p><b><u>PIETŪS</u></b> Žirnių perlinių kruopų sriuba, Ruginė duona, Troškinta vištiena su virtais ryžiais, Morkų salotos su alyvuogių aliejumi, Agurkai, Pagardintas stalo vanduo</p> <p><b><u>VAKARIENĖ</u></b> Makaronai su moliūgu, sūriu ir grietine Sausučiai Nesaldinta arbatžolių arbata</p> <p><b><u>NAKTIPIEČIAI</u></b> Virti kiaušiniai su rugine duona, agurkai, žolelių arbata nesaldinta</p>	<p style="text-align: center;"><b>PENKTADIENIS</b></p> <p><b><u>PUSRYČIAI</u></b> Virti kiaušiniai Pomidorai Konservuoti žalieji žirnėliai arba konservuoti kukurūzai Šviesi duona su sviestu Kakava su pienu saldinta Vaisiai</p> <p><b><u>PIETŪS</u></b> Daržovių sriuba Ruginė duona Kepta žuvis Jogurto padažas su žalumynais Virtos bulvės Burokėlių salotos Agurkai Pagardintas stalo vanduo,</p> <p><b><u>VAKARIENĖ</u></b> Varškės ir ryžių apkepas Trintų uogų padažas Sausainiai Arbatžolių arbata nesaldinta</p> <p><b><u>NAKTIPIEČIAI</u></b> Natūralus jogurtas, uogienė, traputis, žolelių arbata nesaldinta</p>
<p style="text-align: center;"><b>TRIEČIADIENIS</b></p> <p><b><u>PUSRYČIAI</u></b> Tiršta penkių javų dribsnių košė su sviestu, Traputis su džemu, Nesaldinta arbatžolių arbata su citrina, Vaisiai</p> <p><b><u>PIETŪS</u></b> Barsčiai su bulvėmis, Ruginė duona, Jautienos befstrogenas su virtomis bulvėmis, agurkai ir pomidorai, Pagardintas stalo vanduo</p> <p><b><u>VAKARIENĖ</u></b> Sklandžiai su obuoliais (su pienu) Jogurto ir uogienės padažas Kmylių arbata nesaldinta</p> <p><b><u>NAKTIPIEČIAI</u></b> Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu, agurkai, žolelių arbata nesaldinta.</p>	<p><b>-VAISIAI      kiekviena diena 10.00 VAL.</b></p>

## II SAVAITĖ

<p><b>PIRMADIENIS</b></p> <p><b><u>PUSRYČIAI</u></b> Ryžių košė, sviestu, trintu šaldytų uogų padažu. Trapučiai. Saldi varškės užtepėlė. Nesaldinta arbatžolių arbata</p> <p><b><u>PIETŪS</u></b> Perlinių kruopų sriuba su daržovėmis ir grietine, Ruginė duona, Kiaulienos guliašas, Virtos bulvės, Pekino kopūstų agurkų salotos su alyvuogių aliejumi, Pagardintas stalo vanduo, Vaisiai</p> <p><b><u>VAKARIENĖ</u></b> Bulvių, morkų, žirnių troškiny, Sausučiai, Kefyras</p> <p><b><u>NAKTIPEČIAI</u></b> Virti kiaušiniai Ruginė duona Agurkai Žolelių arbata nesaldinta</p>	<p><b>KETVIRTADIENIS</b></p> <p><b><u>PUSRYČIAI</u></b> Manų kruopų košė su cinamonu ir cukrumi, Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu, Nesaldinta arbatžolių arbata</p> <p><b><u>PIETŪS</u></b> Ryžių-pomidorų sriuba. Ruginė duona. Kalakutienos pjausnys. Virti lęšiai. Morkų salotos su nerafinuotu aliejumi Agurkai Pagardintas stalo vanduo. Vaisiai</p> <p><b><u>VAKARIENĖ</u></b> Varškės pudingas, Jogurto ir uogienės padažas Nesaldinta arbatžolių arbata</p> <p><b><u>NAKTIPEČIAI</u></b> Natūralu jogurtas su uogiene ir trapučiu Žolelių arbata nesaldinta</p>
<p><b>ANTRADIENIS</b></p> <p><b><u>PUSRYČIAI</u></b> Tiršta avižinių dribsnių košė su sviestu. Sausainiai. Kakava su pienu saldinta</p> <p><b><u>PIETŪS</u></b> Kopūstų sriuba su bulvėmis. Ruginė duona, Keptas vištienos maltinukas. Troškinti ryžiai su ciberžole. Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su alyvuogių aliejumi. Pagardintas stalo vanduo. Vaisiai</p> <p><b><u>VAKARIENĖ</u></b> Virti varškėčiai, Saldus grietinės padažas. Nesaldinta arbatžolių arbata</p> <p><b><u>NAKTIPEČIAI</u></b> Šviesi duona Morkų užtepėlė Agurkai Žolelių arbata nesaldinta</p>	<p><b>PENKTADIENIS</b></p> <p><b><u>PUSRYČIAI</u></b> Tiršta perlinių kruopų košė, keptų daržovių padažas, Trapučiai, Varškės užtepėlė, Nesaldinta arbatžolių arbata</p> <p><b><u>PIETŪS</u></b> Žirnių sriuba su grietine, Ruginė duona, Žuvies filė kepsnelis, Jogurto padažas su agurkais, Bulvių košė su morkomis, Burokėlių salotos su konservuotais žaliaisiais žirneliais, Pagardintas stalo vanduo, Vaisiai</p> <p><b><u>VAKARIENĖ</u></b> Makaronai su troškintos mėsos ir pomidorų padažu, Nesaldinta arbatžolių arbata su pienu</p> <p><b><u>NAKTIPEČIAI</u></b> Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu Agurkai ir morkų lazdelės Žolelių arbata nesaldinta</p>
<p><b>TRIEČIADIENIS</b></p> <p><b><u>PUSRYČIAI</u></b> Kvietinių kruopų košė su sviestu. Šviesi duona. Pupelių užtepėlė. Nesaldinta arbatžolių arbata</p> <p><b><u>PIETŪS</u></b> Barščiai su pupelėmis, grietine, Ruginė duona, Virti jautienos kukuliukai Bulvių košė, Kopūstų salotos su morkomis ir alyvuogių aliejumi, pomidorai Pagardintas stalo vanduo, Vaisiai</p> <p><b><u>VAKARIENĖ</u></b> Lietiniai su obuoliais ir grietine, Nesaldinta arbatžolių arbata</p> <p><b><u>NAKTIPEČIAI</u></b> Varškė su uogiene Žolelių arbata nesaldinta</p>	<p><b>-VAISIAI      kiekviena diena 10.00 VAL.</b></p>

## III SAVAITĖ

<p style="text-align: center;"><b>PIRMADIENIS</b></p> <p><b><u>PUSRYČIAI</u></b> Omletas, konservuoti žalieji žirneliai, pomidorai, Šviesi duona su sviestu , Nesaldinta arbatžolių arbata</p> <p><b><u>PIETŪS</u></b> Barščiai su bulvėmis, Ruginė duona, Troškintos kiaušienos lazdelės, Virtos perlinės kruopos, Pekino kopūstų, agurkų salotos su alyvuogių aliejumi, Pagardintas stalo vanduo Vaisiai</p> <p><b><u>VAKARIENĖ</u></b> Virti makaronai su varške ir sviestu, Nesaldinta arbatžolių arbata su pienu</p> <p><b><u>NAKTIPIEČIAI</u></b> Traputis su lydytu sūriu ir pomidoru, morkų lazdelė ir arbatžolių arbata nesaldinta</p>	<p style="text-align: center;"><b>KETVIRTADIENIS</b></p> <p><b><u>PUSRYČIAI</u></b> Kvietinių kruopų košė su keptu daržovių padažu, Sūrio lazdelė, Nesaldinta arbatžolių arbata</p> <p><b><u>PIETŪS</u></b> Pupelių sriuba su bulvėmis ir grietine. Ruginė duona. Virti kalakutienos kukuliukai, Bulvių košė su ciberžole, Burokėlių salotos, Konservuoti žalieji žirneliai, Pagardintas stalo vanduo, Vaisiai</p> <p><b><u>VAKARIENĖ</u></b> Grikių kruopų košė su sviestu, Sausainiai, Nesaldinta arbatžolių arbata</p> <p><b><u>NAKTIPIEČIAI</u></b> Grūdėta varškė su žolelių arbata nesaldinta</p>
<p style="text-align: center;"><b>ANTRADIENIS</b></p> <p><b><u>PUSRYČIAI</u></b> Tiršta penkių javų dribsnių košė su sviestu, Kakava su pienu saldinta, Sausučiai</p> <p><b><u>PIETŪS</u></b> Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis, Ruginė duona, Troškinta vištiena, Bulvių košė su brokoliais, Morkų salotos su alyvuogių aliejumi, pomidorai, Pagardintas stalo vanduo Vaisiai</p> <p><b><u>VAKARIENĖ</u></b> Sklandžiai su jogurto ir uogienės padažu, Nesaldinta arbatžolių arbata</p> <p><b><u>NAKTIPIEČIAI</u></b> Traputis su pupelių užtepėle , agurkais ir pomidorais ir žolelių arbata nesaldinta</p>	<p style="text-align: center;"><b>PENKTADIENIS</b></p> <p><b><u>PUSRYČIAI</u></b> Ryžių košė su sviestu ir trintu uogų padažu, Traputis su džemu, Nesaldinta arbatžolių arbata</p> <p><b><u>PIETŪS</u></b> Trinta daržovių sriuba su skrebučiais, Žuvies pjausnys, Virti griekiai, Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su nerafinuotu aliejumi, Pagardintas stalo vanduo, Vaisiai</p> <p><b><u>VAKARIENĖ</u></b> Varškės ir morkų apkepas, Jogurtas Trintas uogų padažas, Nesaldinta arbatžolių arbata</p> <p><b><u>NAKTIPIEČIAI</u></b> Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu , agurkas ir žolelių arbata nesaldinta</p>
<p style="text-align: center;"><b>TRIEČIADIENIS</b></p> <p><b><u>PUSRYČIAI</u></b> Kukurūzų, moliūgų košė su sviestu, Natūralus jogurtas, Trintų uogų padažas, Vaisiai Arbatžolių arbata nesaldinta</p> <p><b><u>PIETŪS</u></b> Špinatų sriuba su bulvėmis, Ruginė duona, Troškintas jautienos maltinukas, Virtos bulvės, Troškinti kopūstai, Pagardintas stalo vanduo</p> <p><b><u>VAKARIENĖ</u></b> Avižinių dribsnių košė, obuolys, Sviestas, Nesaldinta arbatžolių arbata</p> <p><b><u>NAKTIPIEČIAI</u></b> Virti kiaušiniai su ruginė duona ir agurku, nesaldinta žolelių arbata</p>	<p><b>-VAISIAI      kiekviena diena 10.00 VAL.</b></p>

## IV SAVAITE

<p style="text-align: center;"><b>PIRMADIENIS</b></p> <p><b><u>PUSRYČIAI</u></b> Miežinių kruopų košė su sviestu, Sausainiai, Kakava su pienu</p> <p><b><u>PIETŪS</u></b> Agurkinė su perlinėmis kruopomis, Ruginė duona, Mažylių balandėliai su kiauliena, Virtos bulvės, Pomidorų salotos su alyvuogių aliejumi, Pagardintas stalo vanduo Vaisių salotos su graikišku jogurtu ir trintų uogų padažu</p> <p><b><u>VAKARIENĖ</u></b> Daržovių troškinytis, Šviesi duona su sviestu ir sūriu</p> <p><b><u>NAKTIPIEČIAI</u></b> Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu , agurkai, morkų lazdelės Žolelių arbata nesaldinta</p>	<p style="text-align: center;"><b>KETVIRTADIENIS</b></p> <p><b><u>PUSRYČIAI</u></b> Kukurūzų kruopų košė su sviestu, cukrumi ir cinamonu, Šviesi duona, Pupelių užtepėlė, Nesaldinta arbatžolių arbata</p> <p><b><u>PIETŪS</u></b> Rūgštynių sriuba su bulvėmis, Ruginė duona, Kalakutienos guliašas, Virti lęšiai, Raugintų kopūstų salotos su alyvuogių aliejumi, pomidorai, Pagardintas stalo vanduo, Vaisiai</p> <p><b><u>VAKARIENĖ</u></b> Virti varškėčiai, Saldus jogurto padažas, Nesaldinta arbatžolių arbata</p> <p><b><u>NAKTIPIEČIAI</u></b> Natūralus jogurtas su uogiene Traputis Žolelių arbata nesaldinta</p>
<p style="text-align: center;"><b>ANTRADIENIS</b></p> <p><b><u>PUSRYČIAI</u></b> Omletas su sūriu, Konservuoti žalieji žirnėliai, pomidorai, Šviesi duona su sviestu, Nesaldinta arbatžolių arbata</p> <p><b><u>PIETŪS</u></b> Daržovių sriuba, Ruginė duona, Vištienos guliašas, Virti ryžiai, Morkų salotos su alyvuogių aliejumi, Agurkai, Pagardintas stalo vanduo Vaisiai</p> <p><b><u>VAKARIENĖ</u></b> Varškės apkepas, Trintas šaldytų uogų padažas Nesaldinta arbatžolių arbata su citrina</p> <p><b><u>NAKTIPIEČIAI</u></b> Traputis su lydytu sūriu ir pomidorais Morkų lazdelės ir žolelių nesaldinta arbata</p>	<p style="text-align: center;"><b>PENKTADIENIS</b></p> <p><b><u>PUSRYČIAI</u></b> Grikių kruopų košė su keptu daržovių padažu, Šviesi duona su sviestu ir agurku, Nesaldinta arbatžolių arbata</p> <p><b><u>PIETŪS</u></b> Pertrinta cukinijų arba moliūgų sriuba su skrebučiais, grietinė Žuvies maltinis, Virtos bulvės, Burokėlių salotos su obuoliais ir alyvuogių aliejumi, Pagardintas stalo vanduo, Vaisiai</p> <p><b><u>VAKARIENĖ</u></b> Lietiniai su bananais, Trintas šaldytų uogų padažas, Nesaldinta arbatžolių arbata</p> <p><b><u>NAKTIPIEČIAI</u></b> Virti kiaušiniai su rugine duona, agurkais ir pomidorais Žolelių arbata nesaldinta</p>
<p style="text-align: center;"><b>TRIEČIADIENIS</b></p> <p><b><u>PUSRYČIAI</u></b> Tiršta penkių javų dribsnių košė su sviestu, Trapučiai, Saldi varškės užtepėlė, Nesaldinta kmynų arbata, Vaisiai</p> <p><b><u>PIETŪS</u></b> Žirnių sriuba, Ruginė duona, Maltos jautienos lazdelės, Bulvių košė su brokoliais, Kopūstų salotos su pomidorais, agurkais ir alyvuogių aliejumi, Pagardintas stalo vanduo</p> <p><b><u>VAKARIENĖ</u></b> Kvietinių kruopų košė, sviestas, Šviesi duona su sviestu, Morkų lazdelės, Nesaldinta arbatžolių arbata</p> <p><b><u>NAKTIPIEČIAI</u></b> Varškė su uogiene Žolelių nesaldinta arbata</p>	<p><b>-VAISIAI      kiekviena diena 10.00 VAL.</b></p>