

Valgiaraštis

1 savaitė

Pirmadienis		Antradienis		Trečiadienis		Ketvirtadienis		Penktadienis	
Pusryčiai	g/ml	Pusryčiai	g/ml	Pusryčiai	g/ml	Pusryčiai	g/ml	Pusryčiai	g/ml
Pieniška miežinių kruopų košė	200	Grikių kruopų košė su alyvuogių aliejumi	200	Virti kiaušiniai	60	Avižinių dribsnių košė	200	Pieniška ryžių kruopų košė	200
Fermentinio sūrio lazdelės	20	Vaisiai	100	Sumuštinis su fermentiniu sūriu	35	Obuolių tyrė	30	Trintos uogos	30
Vaisiai	100			Daržovės	80	Sultys	135	Vaisiai	100
Stalo vanduo su uogomis	120			Vaisiai	120	Vaisiai	80		
Pietūs		Pietūs		Pietūs		Pietūs		Pietūs	
Žaliųjų žirnelių sriuba	150	Burokėlių sriuba	150	Bulvių sriuba su miežinėmis	150	Žirnių sriuba	150	Šaltibarščiai	200
Duona	30	Grietinė	8	kruopomis		Troškinta vištienos filė su daržovėmis	120	Kiaulienos kukuliai	90
Troškintos maltos	70	Duona	30	Grietinė	8	Birūs ryžiai	100	Grietinės ir pomidorų	30
kiaulienos-jautienos padažas		Kepta lašišų filė su citrinomis	80	Vištienos maltinukas	90	Šviežių kopūstų salotos su morkomis	70	padažas	
Virti makaronai	150	Birūs ryžiai	100	Orkaitėje kepti batatai	80	Daržovės	60	Virtos bulvės	100
Daržovės	80	Pekino kopūstų salotos	100	Burokėlių salotos su linų sėmenimis	80			Daržovės	70
								Salotos su ridikėliais	80
Vakarienė		Vakarienė		Vakarienė		Vakarienė		Vakarienė	
Blynai su varške	130	Miltinukai	140	Trintos varškės sūrelis su bananais	170	Tradicionis varškės apkepas	100	Pieniška makaronų sriuba	200
Trintos uogos	30	Grietinės padažas	30	Sausainiai	20	Trintos uogos	30	Karštas sumuštinis su fermentiniu sūriu	60
		Pienas	100			Pienas	120		

Valgiaraštis

2 savaitė

Pirmadienis		Antradienis		Trečiadienis		Ketvirtadienis		Penktadienis	
Pusryčiai	g/ml	Pusryčiai	g/ml	Pusryčiai	g/ml	Pusryčiai	g/ml	Pusryčiai	g/ml
Manų kruopų košė Cinamonas maltas Vaisiai Stalo vanduo su ugomis	200 4 100 120	Omletas su fermentiniu sūriu Batonas Daržovės Vaisiai	100 25 80 100	Pieniška 3-jų grūdų košė Sultys Vaisiai	200 135 100	Kuskuso košė Trintos uogos Fermentinės sūrio lazdelės Vaisiai	200 30 20 100	Pieniška kvietinių kruopų košė Obuolių tyrė Pienas Vaisiai	200 30 120 100
Pietūs		Pietūs		Pietūs		Pietūs		Pietūs	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis Grietinė Ryžių plovos su kiaulienos kumpine Daržovės	150 10 170 80	Daržovių sriuba Vištienos suflė Perlinio kuskuso kruopos Virtų burokėlių salotos su pupelėmis Daržovės	150 80 100 80 80	Trinta moliūgų sriuba Grietinė Skrebučiai Troškinta kiaulienos kumpinė su daržovėmis Virtos grikių kruopos Daržovės	150 8 15 110 100 70	Pomidorų-ryžių sriuba Kepti žuvies maltinukai Virtos perlinės kruopos Grietinės ir pomidorų padažas Salotos su paprikomis Daržovės	150 100 100 20 90 50	Špinatų sriuba su kiaušiniais Duona Grietinė Vištienos maltinukas Bulvių košė Kopūstų salotos	200 25 8 90 100 90
Vakarienė		Vakarienė		Vakarienė		Vakarienė		Vakarienė	
Mieliniai blynai Trintos uogos Pienas	100 30 120	Pieniška ryžių sriuba Sumuštinis su fermentiniu sūriu	180 35	Virti varškėtukai Trintos uogos Natūralus graikiškas jogurtas	140 30 30	Virtos dešrelės Virti makaronai Daržovės	60 130 40	Varškės apkepas su avižų sėlenomis Trintos uogos Šaltyje džiovinti vaisiai	130 30 15

Valgiaraštis

3 savaitė

Pirmadienis		Antradienis		Trečiadienis		Ketvirtadienis		Penktadienis	
Pusryčiai	g/ml	Pusryčiai	g/ml	Pusryčiai	g/ml	Pusryčiai	g/ml	Pusryčiai	g/ml
Pieniška kukurūzų kruopų košė	200	Pieniška avižinių dribsnių košė	200	Omletas	100	Pieniška avižinių kruopų košė	200	Pieniška miežinių kruopų košė	200
Šaltyje džiovinti vaisiai	10	Vaisiai	100	Daržovės	80	Trintos uogos	30	Šaltyje džiovinti vaisiai	15
Vaisiai	100			Batonas	25	Vaisiai	100	Sultys	135
Stalo vanduo su uogomis	120			Vaisiai	100			Vaisiai	100
Pietūs		Pietūs		Pietūs		Pietūs		Pietūs	
Burokėlių sriuba su pupelėmis	150	Lęšių sriuba	150	Šviežių kopūstų sriuba	150	Žirnių-perlinių kruopų sriuba	150	Trinta avinžirnių sriuba	200
Duona	25	Bulvių plokštainis su malta	180	Grietinė	8	Orkaitėje kepti jūros lydekos ir lašišos filė	100	Grietinė	10
Kiaulienos guliašas	125	kiaulienos kumpine		Duona	25	maltinukai		Skrebučiai	15
Bulvių košė	100	Grietinė	30	Orkaitėje kepta vištienos užkepėlė	100	Grietinės ir kons. pomidorų padažas	30	Kepta viščiukų broilerių šlaunelių mėsa be odos	85
Kopūstų salotos	90	Daržovės	70	Virtos perlinės kruopos	100	Virtos grikių kruopos	100	Virtos bulvės	100
				Burokėlių salotos su obuoliais	70	Salotos su agurkais ir ridikėliais	90	Kepti obuoliai	80
						Daržovės	50	Daržovės	70
Vakarienė		Vakarienė		Vakarienė		Vakarienė		Vakarienė	
Kepti varškėčiai	100	Virti makaronai	200	Blynai su obuoliais	130	Kukurūzų ir varškės apkepąs	110	Virtos perlinio kuskuso kruopos	200
Trintos uogos	30	Tarkuotas fermentinis sūris	20	Natūralus graikiškas jogurtas	30	Sulčių padažas	30	Fermentinio sūrio lazdelės	20
Pienas	120	Daržovės	70			Pienas	120		