

VILNAUS LOPŠELIO-DARŽELIO „ŽIBUTĖ“ INTEGRACINIS VALGIARAŠTIS

II SAVAITĖ

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
<p>Pusryčiai: Pieniška penkių grūdų košė su sviestu 150/5g; 200/7g; Egzotinių vaisių tyrė 20g; 40g; Sezoninis vaisius 80g; 120g; Juodoji arbata su citrina 150/2ml;</p>	<p>Pusryčiai: Pieniška tiršta manų kruopų košė su sviestu, sėlenomis ir cinamonu 150g; 200g; Sūrio lazdelės 20g; Sezoninis vaisius 100g; Žolelių arbata 200ml;</p>	<p>Pusryčiai: Pieniška grikių dribsnių košė su sviestu 150/5g; 200/5g; Džiovintų vaisių užkandis 15g; Sezoninis vaisius 80g; 100g; Čiobrelių arbata be cukraus 200ml;</p>	<p>Pusryčiai: Virtas kiaušinis 1vnt; Konservuoti žirneliai 20g; Viso grūdo duonos sumuštinis su sviestu ir fermentiniu sūriu 30/5/15g; 40/7/15g; Sezoninis vaisius 80g; 150g; Žolelių arbata 200ml;</p>	<p>Pusryčiai: Pieniška ryžių kruopų košė su sviestu 150/5; 200/8g; Trintos uogos 25g; 40g; Sezoninis vaisius 80g; Juodoji arbata su citrina 150/2ml;</p>
<p>Pietūs: Daržovių sriuba su žaliaisiais žirneliais ir grietine 100/5g; 150/5g; Viso grūdo ruginė duona 20g; 30g; Ryžių plovos su kalakutiena 100/50g; 140/60g; Trijų rūšių daržovių rinkinukas (kons. agurkai, morkos, pomidorai) 80g; 100g; Vanduo su citrina 200/2g;</p>	<p>Pietūs: Burokėlių sriuba su grietine 100/5g; 150/5g; Viso grūdo ruginė duona 20g; 30g; Jautienos ir kiaulienos maitinis 60g; 80g; Bulvių košė su sviestu 70/2g; 90/3g; Morkų salotos su sezamu ir aliejumi 30/3g; Šv. paprikų lazdelės 30g; 50g; Stalo vanduo su citrina 200/2ml;</p>	<p>Pietūs: Prieskoninių daržovių sultinys su vištiena, žalumynais ir grietine 100/5g; 150/5g; Viso grūdo ruginė duona 20g; 30g; Vištienos guliašas 80g; 100g; Perlinio kuskuso kruopų košė su sviestu 80/3g; 100/4g; Švž. kopūstų, kons. kukurūzų ir agurkų salotos su aliejumi 80/5g; Morkų lazdelės 20g; Stalo vanduo su citrina 200/2ml;</p>	<p>Pietūs: Baltųjų pupelių sriuba su grietine 100/5g; 150/5g; Viso grūdo ruginė duona 20g; 30g; Troškintas kopūstų ir kalakutienos maitinis 55/25g; Biri grikių kruopų košė 70g; 80g; Pekino kopūstų, švž. pomidorų, švž. agurkų ir paprikų salotos su citrinų-aliejaus užpilu 70/7g; 90/9g; Stalo vanduo su vaisiais/uogomis 150/15ml;</p>	<p>Pietūs: Raugintų kopūstų sriuba su grietine 100/5g; 150/5g; Viso grūdo ruginė duona 20g; 30g; Orkaitėje keptas žuvis (<i>lydeka</i>) maitinis 60g; 80g; Bulvių košė 70/2g; 90/3g; Virtų burokėlių, obuolių salotos su citrinų-aliejaus užpilu 50/5g; 70/7g; Konservuoti kukurūzai 20g; Stalo vanduo su apelsiniais be cukraus 190/15ml;</p>
<p>Vakarienė: Pilno grūdo makaronai su fermentiniu sūriu 150/15g; Pienas 150ml; 200ml;</p>	<p>Vakarienė: Apkepti varškėčiai 100g; Trintos uogos 25g; Ramunėlių arbata be cukraus 200ml;</p>	<p>Vakarienė: Varškės apkepas 100g; 150g; Trintos braškės 20g; 25g; Natūralus jogurtas 20g; 50g; Žolelių arbata 200ml;</p>	<p>Vakarienė: Mieliniai blynai 80g; 100g; Trintos uogos 25g; Pienas 150ml;</p>	<p>Vakarienė: Pieniška makaronų sriuba su sviestu 100/4g; 150/5g; Bandelė 30g; 60g;</p>