

**VILNIAUS LOPŠELIO-DARŽELIO "KARUSELĖ" PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS III SAVAITĖ**

<b>PIRMADIENIS</b>	<b>ANTRADIENIS</b>	<b>TREČIADIENIS</b>	<b>KETVIRTADIENIS</b>	<b>PENKTADIENIS</b>
<b>PUSRYČIAI</b>	<b>PUSRYČIAI</b>	<b>PUSRYČIAI</b>	<b>PUSRYČIAI</b>	<b>PUSRYČIAI</b>
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu (tausojantis)	Pieniška manų košė su sezoniniais vaisiais / uogomis (tausojantis)	Omletas(tausojantis)	Pieniška avižinių dribsnių košė su sviestu (tausojantis)	Pieniškas vanilinis kukurūzų pudingas (tausojantis)
Kefyras	Trapučiai	Viso grūdo duona	Sūrio lazdelės	Viso grūdo sumuštiniai su virtu kiaušiniu ir daržovėmis
Sezoniniai vaisiai ir uogos	Sezoniniai vaisiai ir uogos	Kukurūzai konservuoti	Sezoniniai vaisiai ir uogos	Vanduo/ arbata
Vanduo/ arbata	Vanduo/ arbata	Vanduo/ arbata	Vanduo/ arbata	Sezoniniai vaisiai ir uogos
		Sezoniniai vaisiai ir uogos		
<b>PIETŪS</b>	<b>PIETŪS</b>	<b>PIETŪS</b>	<b>PIETŪS</b>	<b>PIETŪS</b>
Dažovių sriuba su makaronais(augalinis)(tausojantis)	Trinta moliūgų sriuba(augalinis)(tausojantis)	Barščiai su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	Ryžių sriuba (tausojantis)(augalinis)	Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis(tausojantis)(augalinis)
Viso grūdo ruginė duona	Viso grūdo ruginė duona	Viso grūdo ruginė duona	Kvietinė duona su saulėgražomis	Viso grūdo ruginė duona
Kalakutienos guliašas(tausojantis)	Šilkiniai menkės kukuliai sūrio padaže (tausojantis)	Vištienos plokštainis(tausojantis)	Naminiai kiaulienos ir jautienos maltiniai(tausojantis)	Kreminė vištiena su daržovėmis (tausojantis)
Biri grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	Perlinės kruopos(augalinis)(tausojantis)	Bulvių košė(tausojantis)	Bešamelio padažas	Birūs plikyti ryžiai su ciberžole (augalinis) (tausojantis)
Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau kaip 3 rūšys)	Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau kaip 3 rūšys)	Bešamelio padažas	Viso grūdo makaronai(tausojantis)	Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis)
Vanduo/ arbata	Vanduo/ arbata	Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau kaip 3 rūšys)	Sezoninių daržovių rinkinys (ne mažiau kaip 3 rūšys)	Vanduo/ arbata
		Vanduo/ arbata	Vanduo/ arbata	
<b>VAKARIENĖ</b>	<b>VAKARIENĖ</b>	<b>VAKARIENĖ</b>	<b>VAKARIENĖ</b>	<b>VAKARIENĖ</b>
Lietiniai blynai	Pieniška makaronų sriuba su sviestu(tausojantis)	Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu(tausojantis)	Spelta miltų sklindžiai su obuoliais	Varškės ir ryžių apkepas (tausojantis)
Natūralus jogurtas	Orkaitėje keptas viso grūdo prancūziškas skrebutis	Trintos braškės (augalinis)	Natūralus jogurtas	Jogurtinė grietinė (10 %)
Vanduo/ arbata	Vanduo/ arbata	Pienas	Vanduo/ arbata	Arbata su pienu