



**ŠILUTĖS LOPŠELIS-DARŽELIS „RAUDONKEPURAITĖ“ PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS  
 BE PISTACIJŲ IR ŽUVIES PATIEKALŲ 15-ADIENŲ 2023-2024 M.**

**I 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>
Kvietinių kruopų košė 200, Uogos 30, Ruginė duona su sviestu ir pomidoru 25-7-25, Kakava su pienu 200.	Omletas 100, Šviežias agurkas 40, Šviesi duona su sviestu ir virta dešra 35-7-25, Arbata 200.	Perlinių kruopų košė 200, Uogos 30, Šviesi duona su sviestu 25-5, Pomidoras 40, Arbata su medumi 200.	Manų košė su cinamonu 200, Uogos 30, Šviesi duona su sviestu 35-8, Šviežias agurkas 40, Arbata 200.	Tiršta trijų grūdų dribsnių košė 200, Traputis su medumi 10-20, Ruginė duona su sviestu ir šviežiu agurku 35-8-20, Arbata 200.
<b>Priešpiečiai</b>	<b>Priešpiečiai</b>	<b>Priešpiečiai</b>	<b>Priešpiečiai</b>	<b>Priešpiečiai</b>
Vaisius 100	Vaisius 200	Vaisius 150	Vaisius 150	Vaisius 150
<b>Pietūs</b>	<b>Pietūs</b>	<b>Pietūs</b>	<b>Pietūs</b>	<b>Pietūs</b>
Barščiai su pupelėmis ir grietine 150, Ruginė duona 35, Ryžių – kiaulienos plovas 50-150, Šviežias agurkas 50, Marinuotas agurkas 30, Pomidoras 30, Vanduo 200.	Daržovių sriuba 150, Bemielė duona 35, Keptas vištienos maltinukas 75, Virti makaronai 50, Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos 50, Morkytės 20 Vanduo 200.	Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis 150, Ruginė duona 35, Kalakutienos guliašas 120, Virti griekiai 60, Kopūstų salotos su morkomis, svogūnais ir alyvuogių aliejumi 50, Šviežias agurkas 30, Vanduo 200.	Rūgštynių sriuba su bulvėmis 150-6, Ruginė duona 30, Virti jautienos kukuliukai 80, Virtos bulvės 60, Burokėlių salotos 50, Konservuoti žirneliai 30, Vanduo 200.	Žirnių-perlinių kruopų sriuba 150, Ruginė duona 35, keptas vištienos kepsnelis 100, Bulvių košė 60, Morkų salotos su česnakais 50, Marinuoti agurkai 30, Sultys 150.
<b>Pavakariai</b>	<b>Pavakariai</b>	<b>Pavakariai</b>	<b>Pavakariai</b>	<b>Pavakariai</b>
Virti makaronai su fermentiniu sūriu 200-25, Konservuoti žirneliai 30, Arbata 200.	Virtos dešrelės su natūraliu pomidorų padažu 75-20, Ruginė duona su sviestu 35-8, Pomidorai 40, Šviežias agurkas 50, Sūrio lazdelė 40, Arbata 200.	Varškės apkepas 150, Vanilinis padažas 40, Pienas 200.	Sklindžiai su obuoliais ir bananais 120, Jogurtas 20, Uogų padažas 25, Arbata 200.	Pieniška makaronų sriuba 200, karštas sumuštinis su pomidorų padažu, pomidorais, fermentiniu sūriu ir žalumynais 30-5-15-25-5, Arbata 200.

Ugdymo įstaigoje nemokamai dalinami produktai pagal pieno ir vaisių programą.





**ŠILUTĖS LOPŠELIS-DARŽELIS „RAUDONKEPURAITE“ PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS  
BE PISTACIJŲ IR ŽUVIES PATIEKALŲ 15-AI DIENŲ 2023-2024 M.**

**II 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>
Avižinių kruopų košė su cinamonu ir sviestu 200, Uogos 30, Šviesi duona su sviestu 35-8, Kakava su pienu 200.	Virti makaronai su fermentiniu sūriu 200-25, Šviežias agurkas 30, Pomidorai 30, Arbata 200.	Grikių kruopų košė 200, Šviesi duona su sviestu ir šviežiu agurku 35-8-20, Kmyną arbata 200.	Miežinių kruopų košė 200, Uogos 30, Ruginė duona su sviestu 25-5, Pomidoras 40, Kmyną arbata 200.	Omletas su dešrele 100-20, Šviesi duona su sviestu 35-8, Konservuoti žirneliai 30, Pomidoras 40, Arbata 200.
<b>Priešpiečiai</b>	<b>Priešpiečiai</b>	<b>Priešpiečiai</b>	<b>Priešpiečiai</b>	<b>Priešpiečiai</b>
Vaisius 200	Vaisius 150	Vaisius 150	Vaisius 200	Vaisius 200
<b>Pietūs</b>	<b>Pietūs</b>	<b>Pietūs</b>	<b>Pietūs</b>	<b>Pietūs</b>
Špinatų sriuba su bulvėmis 150-6, Bemielė duona 35, Keptas vištienos šlaunelių mėsos kepsnelis 100, Virti ryžiai 60, Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos 50, Sultys 150.	Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis 150, Ruginė duona 30, Mėsos troškiny su lęšiais 75-56, Raugintų kopūstų salotos 50, Šviežias agurkas 30, Vanduo 200.	Sriuba su kiaulienos gabaliukais ir brokoliais 150, Bemielė duona 35, Keptas kalakutienos kepsnelis 100, Bulvių košė be pieno produktų 60, Burokėlių salotos 50, Marinuoti agurkai 30, Vanduo 200.	Barščiai su bulvėmis ir grietine 150, Bemielė duona 35, Kiaulienos guliašas 75/45, Virtos bulvės 60, Kopūstų salotos 50, Šviežias agurkas 40, Vanduo 200.	Kopūstų sriuba su bulvėmis 150, Ruginė duona 30, Virtų bulvių cepelinai su kiauliena 115-65, Jogurtas 40, Traškios daržovių lazdelės 60, Vanduo 200.
<b>Pavakariai</b>	<b>Pavakariai</b>	<b>Pavakariai</b>	<b>Pavakariai</b>	<b>Pavakariai</b>
Bulvių košė 150, Marinuoti agurkai 40, Kefyras 200, Traputis su medumi 10/15, Vaisius 200.	Virti varškėčiai 150, Vanilinis padažas 40, Arbata 200.	Blynėliai 150, Jogurtas 40, Arbata su medumi 200.	Trinta varškė su uogomis 250, Traputis su medumi 10/15, Arbata 200.	Pieniška makaronų sriuba 200, Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu 35-8-18, Kmyną arbata 200.

Ugdymo įstaigoje nemokamai dalinami produktai pagal pieno ir vaisių programą.





**ŠILUTĖS LOPŠELIS-DARŽELIS „RAUDONKEPURAITĖ“ PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS  
BE PISTACIJŲ IR ŽUVIES PATIEKALŲ 15-AI DIENŲ 2023-2024 M.**

**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>
Avižinių kruopų košė su cinamonu ir sviestu 200, Uogos 35, Duoniukai 20, Arbata 200.	Avižinių dribsnių košė 200, Uogos 30, Ruginė duona su sviestu ir pomidoru 35-7-25, Kakava su pienu 200.	Omletas 100, Konservuoti kukurūzai 30, Šviežias agurkas 30, Ruginė duona su sviestu 25-5, Arbata 200.	Manų košė su cinamonu 200, Uogos 30, Sūrio lazdelė 20, Arbata 200.	Grikių kruopų košė 200, Pilno grūdo duona su sviestu ir pomidoru 35-7-25, Sūrio lazdelė 40, Arbata 200.
<b>Priešpiečiai</b>	<b>Priešpiečiai</b>	<b>Priešpiečiai</b>	<b>Priešpiečiai</b>	<b>Priešpiečiai</b>
Vaisius 150	Vaisius 100	Vaisius 150	Vaisius 100	Vaisius 200
<b>Pietūs</b>	<b>Pietūs</b>	<b>Pietūs</b>	<b>Pietūs</b>	<b>Pietūs</b>
Bulvių sriuba su mėsos kukuliais 150-30, Ruginė duona 35, Kiauliena su troškintais kopūstais 75-75, Virtos bulvės 60, Šviežias agurkas 40, Ridikėliai 30, Vanduo 200.	Žirnių sriuba 150, Bemielė duona 35, Mažylių balandėliai su kiaušiena 100, Virtos bulvės 60, Pekino kopūstų salotos 50, Ridikėliai 30, Vanduo 200.	Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba 150, Ruginė duona 35, Kalakutienos – ryžių plovos 50-140, Marinuoti agurkai 40, Šviežias agurkas 40, Pomidoras 30, Sultys 150.	Pupelių sriuba 150, Bemielė duona 35, Keptas vištienos maltinukas 70, Biri perlinių kruopų košė 50, Burokėlių salotos 50, Kopūstų salotos su morkomis 60, Šviežias agurkas 20, Vanduo 200.	Agurkinė sriuba 150, Bemielė duona 35, Virti jautienos kukuliukai 80, Bulvių košė 60, 50, Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos 50, Šviežias agurkas 30, Vanduo 200.
<b>Pavakariai</b>	<b>Pavakariai</b>	<b>Pavakariai</b>	<b>Pavakariai</b>	<b>Pavakariai</b>
Varškės ir ryžių apkepas 150, Uogų padažas 25, Jogurtas 20, Pienas 200.	Virti makaronai su troškintos mėsos ir grietinės padažu 125-75 Marinuoti agurkai 40, Morkos 40, Arbata 200.	Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliais 150, Jogurtas 40, Uogų padažas 30, Arbata 200.	Virti varškėčiai 150, Vanilinis padažas 40, Traputis su medumi 10/15, Arbata 200.	Pieniška makaronų sriuba 200, Šviesi duona su sviestu ir fermentiniu sūriu 35-8-18, Kmyną arbata 200.

Ugdymo įstaigoje nemokamai dalinami produktai pagal pieno ir vaisių programą.