

## II SAVAITĖ

| PIRMADIENIS                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ANTRADIENIS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | TREČIADIENIS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | KETVIRTADIENIS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | PENKTADIENIS                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Pusryčiai:</b><br>Manų kruopų košė su cinamonu ir sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)<br>Sezoniniai vaisiai<br>Nesaldinta arbatžolių arbata                                                                                                                                            | <b>Pusryčiai:</b><br>Avižinių dribsnių košė su bananais pagardinta sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)<br>Sezoniniai vaisiai<br>Nesaldinta arbatžolių arbata                                                                                                                                                                                                                         | <b>Pusryčiai:</b><br>Pilno grūdo sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)<br>Natūralaus jogurto (4,4 proc. rieb.) ir varškės desertas su braškėmis ir bananais (tausojantis)<br>Sezoniniai vaisiai<br>Kakava su pienu (2,5 proc. rieb.)                                                                                                                                      | <b>Pusryčiai:</b><br>Virti kiaušiniai (tausojantis)<br>Viso grūdo tamsios duonos sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.), fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)<br>Pjaustyti pomidorai (augalinis)<br>Sezoniniai vaisiai<br>Nesaldinta arbatžolių arbata                                                                                                                             | <b>Pusryčiai:</b><br>Pieniška kvietinių kruopų košė pagardinta sviestu (82 proc. rieb.) ir avietėmis (tausojantis)<br>Sezoniniai vaisiai<br>Nesaldinta vaisinė arbata                                                                                                                                                 |
| <b>Pietūs:</b><br>Žaliųjų žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)<br>Tamsi viso grūdo duona<br>Kiaulienos guliašas (tausojantis)<br>Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)<br>Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, paprikos, pomidorai) (augalinis)<br>Stalo vanduo paskanintas citrinomis | <b>Pietūs:</b><br>Daržovių sriuba su makaronais (augalinis) (tausojantis)<br>Tamsi viso grūdo duona<br>Orkaitėje keptos paukštienos šlaunelės (tausojantis)<br>Virtos grikių kruopos (augalinis) (tausojantis)<br>Marinuotų burokėlių salotos su saulėgrąžų aliejumi (augalinis)<br>Šviežių daržovių rinkinukas (pomidorai, morkos) (augalinis)<br>Stalo vanduo paskanintas apelsiniais | <b>Pietūs:</b><br>Žirnelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)<br>Tamsi viso grūdo duona<br>Orkaitėje keptas, spelta miltose paniruotas vištienos maltinukas (tausojantis)<br>Virtos perlinės kruopos (augalinis) (tausojantis)<br>Morkų salotos su aliejumi (augalinis)<br>Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos) (augalinis)<br>Stalo vanduo paskanintas citrinomis | <b>Pietūs:</b><br>Barščių sriuba (augalinis) (tausojantis)<br>Orkaitėje kepti lašišų kąsneliai (tausojantis)<br>Virti rudieji ryžiai (augalinis) (tausojantis)<br>Šviežių kopūstų salotos su agurkais, kukurūzais, žalumynais ir šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)<br>Šviežių daržovių rinkinukas (ridikėliai, paprikos) (augalinis)<br>Stalo vanduo paskanintas citrinomis | <b>Pietūs:</b><br>Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)<br>Garuose virti kiaulienos kukuliukai (tausojantis)<br>Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)<br>Daržovių salotos su saldžiąja paprika (augalinis)<br>Šviežių daržovių rinkinukas (pomidorai, morkos) (augalinis)<br>Stalo vanduo paskanintas greipfrutais |
| <b>Vakarienė:</b><br>Varškės suflė su natūraliu jogurtu (4,4 proc. rieb.) ir avietėmis (tausojantis)<br>Nesaldinta arbatžolių arbata                                                                                                                                                         | <b>Vakarienė:</b><br>Bulvių plokštainis su grietine (30 proc. rieb.)<br>Kefyras (2,5 proc. rieb.)                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Vakarienė:</b><br>Spelta miltų sklandžiai su bananais, kakava pagardinti natūraliu jogurtu (4,4 proc. rieb.) ir trintomis braškėmis<br>Nesaldinta arbatžolių arbata                                                                                                                                                                                                                   | <b>Vakarienė:</b><br>Pilno grūdo makaronai su fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)<br>Pienas (2,5 proc. rieb.)                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Vakarienė:</b><br>Spelta miltų - varškės blynėliai su natūraliu jogurtu (4,4 proc. rieb.)<br>Trintas bananų, obuolių, braškių kokteilis (tausojantis) (augalinis)                                                                                                                                                  |