



Kauno rajono Raudondvario lopšelis-darželis „Vyturėlis“
15 dienų valgiaraštis švediško stalo principu



II savaitė

Pirmadienis		Antradienis		Trečiadienis		Ketvirtadienis		Penktadienis	
Maitinimas	D	Maitinimas	D	Maitinimas	D	Maitinimas	D	Maitinimas	D
Pusryčiai									
Pieniška manų košė su cinamonu ir sviestu 82 % (tausojantis) (1) (7)	200 6	Pieniška avižinių dribsnių košė su bananis pagardinta sviestu 82 % ir šviežios arba šaldytos uogos (vyšnios, braškės, šilauogės, vaisių asorti)* (tausojantis) (1) (7)	200 5 15	Pieniška ryžių košė su sviestu 82 % ir šviežiomis arba šaldytais uogomis (vyšnios, braškės, šilauogės, vaisių asorti)* (tausojantis) (7)	200 5 15	Virti kiaušiniai (Tausojantis) (3), majonezo-jogurto padažas (3) (7), kons. kukurūzai (augalinis)	100 8 20	Pieniška kvietinių kruopų košė pagardinta sviestu 82 % ir šviežiomis arba šaldytais uogomis (vyšnios, braškės, šilauogės, vaisių asorti)* (tausojantis) (1) (7)	200 5 15
Sezoniniai vaisiai (bananai, kriaušės, apelsinai, mandarinai, melionai, vynuogės, obuoliai)	100	Sezoniniai vaisiai (bananai, kriaušės, apelsinai, mandarinai, melionai, vynuogės, obuoliai)	100	Sezoniniai vaisiai (bananai, kriaušės, apelsinai, mandarinai, melionai, vynuogės, obuoliai)	100	Viso grūdo duona su sviestu 82 %, varškės sūriu 22 % (1) (7), agurkai* (augalinis)	20 3 12 50	Sezoniniai vaisiai (bananai, kriaušės, apelsinai, mandarinai, melionai, vynuogės, obuoliai)	100
Nesaldinta arbatžolių arbata	150	Nesaldinta arbatžolių arbata	150	Nesaldinta arbatžolių arbata	150	Sezoniniai vaisiai (bananai, kriaušės, apelsinai, mandarinai, melionai, vynuogės, obuoliai)	100	Nesaldinta arbatžolių arbata	150
						Nesaldinta arbatžolių arbata	150		
Pietūs									
Perlinių kruopų sriuba su pomidorais (tausojantis) (augalinis) (1)	150	Žirnių sriuba su daržovėmis (tausojantis) (augalinis)	150	Burokėlių sriuba* (tausojantis) (augalinis)	150	Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	150	Daržovių sriuba (tausojantis) (augalinis)	150
Tamsi viso grūdo duona (augalinis) (1)	25	Tamsi viso grūdo duona (augalinis) (1)	25	Tamsi viso grūdo duona (augalinis) (1)	25	Tamsi viso grūdo duona (augalinis) (1)	25	Tamsi viso grūdo duona (augalinis) (1)	25
Plovas su vištiena (tausojantis)	100 80	Konvekciniėje krosnyje keptas, spelta miltuose paniruotas vištienos maltinukas (tausojantis) (1) (3)	90	Kiaulienos-daržovių troškinys (tausojantis) (1)	95 85	Vištienos blaudelių mėsos apkepas (tausojantis) (3)	80	Konvekciniėje krosnyje kepti lašišų kąsneliai (tausojantis) (4)	70
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai*, pomidorai, morkos, ridikėliai, brokoliai, paprika, cukinijos, pekino kopūstas, baltagūžis kopūstas, icerberg, romaninės, salotų lapai) (nemažiau 3 rūšys) (augalinis)*	25 25 25	Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis) (1) Perlinis kuskusas (tausojantis) (augalinis) (1)	70 70	Raugintų kopūstų salotos* (augalinis)	50	Pilno grūdo makaronai (tausojantis) (1) Virti rudieji ryžiai (tausojantis) (augalinis) (1)	70 70	Bulvių košė (tausojantis) (7) Virtos grikių kruopos (tausojantis) (augalinis)	70 70
Stalo vanduo paskanintas citrinomis	150	Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai*, pomidorai, morkos, ridikėliai, brokoliai, paprika, cukinijos, pekino kopūstas, baltagūžis kopūstas, icerberg, romaninės, salotų lapai) (nemažiau 3 rūšys) (augalinis)	25 25 25	Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai*, pomidorai, morkos, ridikėliai, brokoliai, paprika, cukinijos, pekino kopūstas, baltagūžis kopūstas, icerberg, romaninės, salotų lapai) (nemažiau 2 rūšys) (augalinis)	25 25	Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai*, pomidorai, morkos, ridikėliai, brokoliai, paprika, cukinijos, pekino kopūstas, baltagūžis kopūstas, icerberg, romaninės, salotų lapai) (nemažiau 3 rūšys) (augalinis)	25 25 25	Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai*, pomidorai, morkos, ridikėliai, brokoliai, paprika, cukinijos, pekino kopūstas, baltagūžis kopūstas, icerberg, romaninės, salotų lapai) (nemažiau 2 rūšys) (augalinis)	25 25
		Stalo vanduo paskanintas apelsiniais	150	Stalo vanduo paskanintas apelsiniais ir kivių	150	Stalo vanduo paskanintas agurkais	150	Burokėlių salotos su pupelėmis ir marinuotais agurkais (augalinis)	50
								Stalo vanduo paskanintas greipfrutais	150
Vakarienė									
Spelta miltų varškės blynėliai su natūraliu jogurtu 4,4 % (1) (3) (7)	150 15	Pilno grūdo makaronai su troškintomis mėsos (kiauliena) ir pomidorų padažu (tausojantis) (1) (7)	100 90	Spelta miltų virti varškėčiai su grietine 30 % (tausojantis) (1) (3) (7)	150 20	Grikių blynai su grietine 30 % (1) (3) (7)	140 15	Pieniška perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (1) (7)	200
Kakava su pienu 2,5 % (7)	150	Nesaldinta arbatžolių arbata	150	Nesaldinta arbatžolių arbata	150	Nesaldinta arbatžolių arbata	150	Skrebutis pieno ir kiaušinio plakinyje (tausojantis) (1) (3) (7)	30
								Nesaldinta arbatžolių arbata	150

(1) – glitimo turintys produktai, patiekalai; (3) – kiaušinio turintys produktai, patiekalai; (4) – žuvis ir jų produktai, patiekalai; (7) – laktozės turintys produktai, patiekalai
* Atsižvelgiama į sezoniskumą: švieži agurkai keičiami į marinuotus arba raugintus agurkus; uogos tiekiamos šviežios arba šaldytos; burokėlių sriuba keičiama į šaltibarščius.

