

### **Valgiaraštis Nr.1**

#### **Pusryčiai**

Manų košė su braškių džemu.

Batonas su sviestu ir dešra.

Arbata.

#### **Priešpiečiai**

Riestainiai. Ekologiškas pienas.

#### **Pietūs**

Mėsiška kopūstų sriuba. Duona.

Garinukas su sviesto ir grietinės  
padažu, grikių košė, agurkai.

Obuolių sulčių gėrimas.

#### **Vakarienė**

Švilpikai su sviesto ir grietinės  
padažu. Kefyras. Apelsinas.

### **Valgiaraštis Nr.2**

#### **Pusryčiai**

Virti varškėčiai su saldžiu sviesto

ir grietinės padažu. Kakava

su pienu.

#### **Priešpiečiai**

Ekologiškas jogurtas. Batonas.

#### **Pietūs**

Perlinių kruopų sriuba vištienos  
sultinyje. Duona. Troškinta vištiena,

bulvių košė, pomidorai. Džiovintų  
vaisių kompotas.

#### **Vakarienė**

Kopūstų, morkų ir bulvių troškiny  
su dešra. Pienas. Sausainiai.

### **Valgiaraštis Nr.3**

#### **Pusryčiai**

Ryžių košė su razinomis.

Keksiukas. Pienas.

#### **Priešpiečiai**

Bananas.

#### **Pietūs**

Mėsiška žirnių sriuba. Duona.

Kepta žuvies filė su sviesto ir  
grietinės padažu, bulvių košė,

burokėlių salotos. Spanguolių  
gėrimas.

#### **Vakarienė**

Virtos pieniškos dešrelės su kopūstų  
salotomis, batonas. Kmyną arbata.

#### **Valgiaraštis Nr.4**

##### **Pusryčiai**

Virtas kiaušinis su žirneliais  
ir majonezu. Batonas su sviestu  
ir dešra. Arbata.

##### **Priešpiečiai**

Batonas su natūraliu medumi.  
Pienas. obuolys.

##### **Pietūs**

Mėsiška agurkų sriuba. Duona.  
Troškinta jautiena su bulvių  
koše, agurkai. obuolių ir  
razinų kompotas.

##### **Vakarienė**

Varškės ir manų apkepas su  
aviečių uogiene. Kakava su pienu.

#### **Valgiaraštis Nr.5**

##### **Pusryčiai**

Troškinta dešra su daržovėmis,  
makaronų koše. Arbata.

##### **Priešpiečiai**

Skrebutis. Pienas.  
Kriaušė.

##### **Pietūs**

Mėsiška pupelių sriuba. Duona.  
Balandėliai su padažu, (lopšeliui -  
maltinukas su ryžiais, troškinti  
kopūstai) bulvių koše. Medaus  
ir citrinų gėrimas.

##### **Vakarienė**

Avižinių dribsnių koše su  
abrikosais. Jogurtas.

#### **Valgiaraštis Nr.6**

##### **Pusryčiai**

Varškė su braškių uogiene.  
Batonas. Ramunėlių arbata.

##### **Priešpiečiai**

Vafliniai vamzdeliai. Pienas.  
Mandarinai.

##### **Pietūs**

Mėsiška agurkų sriuba. Duona.  
Kotletas su bulvių koše, kopūstų  
salotos. obuolių kompotas.

##### **Vakarienė**

Bulviniai piršteliai su sviesto

ir grietinės padažu. Kefyras.

### **Valgiaraštis Nr.7**

#### **Pusryčiai**

Piemenukų kiaušiniene. Duona  
su sviestu. Kmyņu arbata.

#### **Priešpiečiai**

Bananas.

#### **Pietūs**

Daržovių sriuba su vištiena.  
Vištienos kepsnelis su bulvių  
koše, morkų salotos. Slyvų  
kompotas.

#### **Vakariene**

Grikių košė su sviestu.  
Bandelė. Pienas.

### **Valgiaraštis Nr.8**

#### **Pusryčiai**

Žuvies šnicelis su burokėlių  
salotomis, batonas. Arbata  
su citrina.

#### **Priešpiečiai**

Javinukai. Pienas. Obuolys.

#### **Pietūs**

Mėsiška kopūstų sriuba. Duona.  
Ryžių plovos su mėsa, sviesto ir  
grietinės padažu, agurkai.  
Vyšnių kompotas.

#### **Vakariene**

Bulviniai kotletai su sviesto  
ir grietinės padažu. Kefyras.

### **Valgiaraštis Nr.9**

#### **Pusryčiai**

Grikių košė su spirgučiais.  
Bananas. Arbata.

#### **Priešpiečiai**

Keksiukas. Pienas.

#### **Pietūs**

Žiedinių kopūstų sriuba  
su vištiena. Duona. Troškintas  
vištienos kumpelis, bulvės,  
pomidorų salotos. Mango  
sulčių gėrimas.

#### **Vakariene**

Virti varškėčiai su saldžiu sviesto

ir grietinės padažu. Kakava su pienu. Mandarinai.

### **Valgiaraštis Nr.10**

#### **Pusryčiai**

Ryžių košė su troškinta vištiena.

Kakava su pienu.

#### **Priešpiečiai**

Ekologiškas jogurtas. Batonas.

#### **Pietūs**

Mėsiška burokėlių sriuba. Duona.

Maltinukas su sūriu, bulvių košė,

Pekino kopūstų salotos.

Džiovintų vaisių kompotas.

#### **Vakarienė**

Pieniška makaronų sriuba.

Batonas. Glaistytas sūrelis.

### **Valgiaraštis Nr.11**

#### **Pusryčiai**

Manų ir varškės apkepas su aviečių uogiene. Ramunėlių arbata.

#### **Priešpiečiai**

Bananas.

#### **Pietūs**

Mėsiška pupelių sriuba. Duona.

Žuvies šnicelis su bulvių košė.

Morkų ir žirnelių salotos.

Obuolių ir razinų kompotas.

#### **Vakarienė**

Troškinti kopūstai su dešra, bulvių košė. Kakava su pienu.

### **Valgiaraštis Nr.12**

#### **Pusryčiai**

Grikių košė su troškintomis daržovėmis. Kakava su pienu.

Sausainiai.

#### **Priešpiečiai**

Batonas su natūraliu medumi.

Pienas. Kriaušė.

#### **Pietūs**

Makaronų sriuba su vištiena.

Duona. Vištienos troškinys su

daržovėmis, bulvės. Kmyną

ir citrinų gėrimas.

### **Vakarienė**

Mieliniai blynai su mėlynių uogiene. Jogurtas.

### **Valgiaraštis Nr.13**

#### **Pusryčiai**

Omletas. Batonas su sviestu ir vytinta dešra. Arbata.

#### **Priešpiečiai**

Naminiai sausainiai.  
Pienas. Obuolys.

#### **Pietūs**

Daržovių sriuba su vištiena. Duona  
Vištienos maltinis su bulvių koše,  
burokėlių salotos. Persikų  
kompotas.

#### **Vakarienė**

Makaronų košė su varškės sūriu.  
Kakava su pienu. Apelsinas.

### **Valgiaraštis Nr.14**

#### **Pusryčiai**

Varškė su bananais. Batonas  
su sviestu. Ramunėlių arbata.

#### **Priešpiečiai**

Sluoksniuota bandelė. Pienas.

#### **Pietūs**

Mėsiška burokėlių ir kopūstų sriuba.  
Duona. Virtų bulvių cepelinai su  
mėsa, sviesto ir grietinės  
padažas. Spanguolių gėrimas.

#### **Vakarienė**

Žirnių, morkų ir bulvių šūpinys  
su sviestu. Kefyras. Bananas.

### **Valgiaraštis Nr.15**

#### **Pusryčiai**

Žuvies kotletas, burokėlių  
salotos, batonas. Arbata.

#### **Priešpiečiai**

Glaistytas varškės sūrelis.  
Ramunėlių arbata.

#### **Pietūs**

Mėsiška žalių žirnelių sriuba.  
Duona. Mėsos ir kopūstų  
troškinytis su bulvių koše,  
pomidorai. Obuolių

kompotas.  
**Vakarienė**  
Avižinių dribsnių košė su persikais.  
Ekologiškas jogurtas.

### **Valgiaraštis Nr.16**

#### **Pusryčiai**

Keptas kiaušinis. Duona su sviestu ir sūriu. Kmyną arbata.

#### **Priešpiečiai**

Bandelė su aguonomis. Pienas.

#### **Pietūs**

Mėsiška žirnių sriuba. Duona. Šnicelis su sviesto ir grietinės padažu, perlinių kruopų košė, agurkai. Abrikosų kompotas.

#### **Vakarienė**

Bulvių košė su dešra ir sviestu.  
Kefyras.

### **Valgiaraštis Nr.15**

#### **Pusryčiai**

Žuvies kotletas, burokėlių salotos, batonas. Arbata.

#### **Priešpiečiai**

Glaistytas varškės sūrelis.  
Ramunėlių arbata.

#### **Pietūs**

Mėsiška žalių žirnelių sriuba.  
Duona. Mėsos ir kopūstų troškiny su bulvių koše, pomidorai. obuolių kompotas.

#### **Vakarienė**

Avižinių dribsnių košė su persikais.  
Ekologiškas jogurtas.

### **Valgiaraštis Nr.16**

#### **Pusryčiai**

Keptas kiaušinis. Duona su sviestu ir sūriu. Kmyną arbata.

#### **Priešpiečiai**

Bandelė su aguonomis. Pienas.

#### **Pietūs**

Mėsiška žirnių sriuba. Duona. Šnicelis su sviesto ir grietinės padažu, perlinių kruopų košė,

agurkai. Abrikosų kompotas.

### **Vakarienė**

Bulvių košė su dešra ir sviestu.

Kefyras.

### **Valgiaraštis Nr.17**

#### **Pusryčiai**

Manų košė su braškių uogiene.

Batonas su natūraliu medumi

ir sūriu. Kakava su pienu.

#### **Priešpiečiai**

Bananas.

#### **Pietūs**

Šalti barščiai, bulvės. (žiema -  
mėsiška burokėlių sriuba su duona.)

Ryžių plovai su mėsa, sviesto

ir grietinės padažu, agurkai.

Obuolių ir morkų sultys.

#### **Vakarienė**

Bulvių ir varškės kukulaičiai  
su sviesto ir grietinės padažu.

Pienas.

### **Valgiaraštis Nr.18**

#### **Pusryčiai**

Lietiniai blynai su mėlynių uogiene.

Ramunėlių arbata. Obuolys.

#### **Priešpiečiai**

Jogurtas su persikais. Batonas.

#### **Pietūs**

Mėsiška kopūstų sriuba. Duona.

Troškinta kiauliena, bulvės,

pomidorai. Slyvų kompotas.

#### **Vakarienė**

Žirnių, morkų troškinys su  
sviestu. Kefyras. Sausainiai.

### **Valgiaraštis Nr.19**

#### **Pusryčiai**

Ryžių košė su persikais.

Arbata. Apelsinas.

#### **Priešpiečiai**

Skrebutis. Pienas.

#### **Pietūs**

Rūgštynių sriuba. Duona.

Netikras zuikis su bulvių koše,

burokėlių ir žirnelių salotos.

Medaus ir citrinų gėrimas.

**Vakarienė**

Kepti varškėčiai su braškių  
uogiene. Persikų sultys.

**Valgiaraštis Nr.20**

**Pusryčiai**

Grikių košė su sviestu. Sūreliai  
„Pik-Nik“. Kmyną arbata.

**Priešpiečiai**

Bananas.

**Pietūs**

Žiedinių kopūstų sriuba su vištiena.

Duona. Vištienos guliašas su  
bulvių koše, morkų salotomis.

Obuolių ir vyšnių kompotas.

**Vakarienė**

Virtos dešrelės su burokėlių  
salotomis, batonas. Kakava  
su pienu.