

DARŽELIO VAIKUČIŲ MENIU

Maistas gaminamas mamyčių, su meile

Gamyboje naudojame ekologišką ir Lietuvos ūkininkų produkciją

I-ji savaitė

I Bendrasis meniu	III Vegetariškas meniu
Pirmadienis	
Pusryčiai:	
Kukurūzų kruopų košė su daigintomis spindulinėmis pupuolėmis Trintos vyšnios Švž. vaisiai Vanduo	
Pietūs:	
Žirnių sriuba (augalinis) Ryžių plovas su kalakutiena ir daržovėmis (paprika, morkos, svogūnai ir kt.) (T) Morkų – ridikų salotos su obuoliais, porais švž. paprikos lazdelės Vanduo	Daržovių šnicelis (cukinija, svogūnai, morkos ir kt.) Virti ryžiai Morkų – ridikų salotos su obuoliais, porais švž. paprikos lazdelės Vanduo
Pavakariai:	
„Žemaičių“ (bulvių) blynas su daržovėmis ir malta jautiena – kiauliena Švž. agurkas Kefyras (2,5%)	Vegetariškas „Žemaičių“ blynas su daržovėmis (špinatai, svogūnai, brokoliai ir kt.); Švž. agurkas Kefyras (2,5%)
Antradienis	
Pusryčiai:	
Miežių kruopų košė su cinamonu Žolelių arbata (nesaldinta) Švž. vaisiai	
Pietūs:	
Burokėlių sriuba (augalinis) Garinta vištienos blauzdelė (T) Bulvių košė / lęšiai (pasirinkimui) Kopūstų-morkų salotos Švž. agurkas Vanduo	Avinžirnių-daržovių „Falafeliai“ Žolelių – citrinos aliejinis padažas „Pesto“ Bulvių košė / lęšiai (pasirinkimui) Kopūstų-morkų salotos Švž. agurkas Vanduo
Pavakariai:	
Viso grūdo lietinis blynelis su varške (9%) Persikų tyrėlė Vanduo	

Trečiadienis	
Pusryčiai:	
Avižinių dribsnių košė su saulėgražų daigais Trintos braškės; Švž. vaisiai; Vanduo	
Pietūs:	
Špinatų sriuba su vermišeliais (aug.) Kieto grūdo makaronai su „Bologneze“ (T) padažu (jautiena, paprika, morkos ir kt) Švž. pomidorų salotos Žali žirneliai; Vanduo	Daržovių kepinukas (brokoliai, žied. kopūstai, svogūnai ir kt.) Virti makaronai (viso grūdo) Švž. pomidorų salotos Žali žirneliai Vanduo
Pavakariai:	
Keptas varškėtis; Trintos miško uogos Vanduo	
Ketvirtadienis	
Pusryčiai:	
Penkių grūdų kruopų košė, patiekama su džiovintomis spanguolėmis Pienas (2,5%) Švž. vaisiai	
Pietūs:	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) Žuvies (lašiša/lydeka) maltinis (T) Grikiai Burokėlių salotos su alyv. aliejumi Švž. paprikų lazdelės (spalvotos) Vanduo	Varškės (9%) apkepas (T) Trintų bananų, uogų ir jogurto padažas Vanduo
Pavakariai:	
Speltos miltų sklandžiai su obuoliais Trintos braškės Vanduo	
Penktadienis	
Pusryčiai:	
Kviečių kruopų košė su sviestu (82%) Švž. vaisius; Vanduo	
Pietūs:	
Pupelių sriuba (augalinis) Maltos vištienos šnicelis (T) Virtos bulvės su sviestu (82%) Mėlynojo kopūsto salotos su kukurūzais Švž. morkų lazdelės Vanduo	Bulvių plokštainis (T) Grietinė (30%) Mėlynojo kopūsto salotos su kukurūzais Švž. morkų lazdelės Vanduo
Pavakariai:	
Morkų – varškės apkepas; Grietinė (30%) Vanduo	

MOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ MENIU

Maistas gaminamas mamų, su meile

II - ji savaitė

I Bendrasis	II Alternatyvus patiekalas	III Vegetariškas meniu
Pirmadienis		
Pusryčiai:		
Kus-kuso kruopų košė su daigintomis spindulinėmis pupuolėmis Švž. vaisiai Vanduo		
Pietūs:		
Rūgštynių sriuba (augalinis) Maltos vištienos garinukas (T) Virti griekiai Pekino kopūstų – agurkų salotos Švž. ridiko lazdelės Vanduo		Varškės-ryžių apkepas (T) (apelsino griežinėlis papuošimui) Vanilinis grietinėlės padažas Pekino kopūstų – agurkų salotos Švž. ridiko lazdelės Vanduo
Pavakariai:		
Kieto grūdo makaronai su sviestu (82%) ir fermentiniu sūriu (45%) Naminė trintų pomidorų tyrėlė Švž. agurkėliai Vanduo		
Antradienis		
Pusryčiai:		
Miežių kruopų košė, Ekologiškas jogurtas (3,9%) Švž. vaisiai; Vanduo		
Pietūs:		
Kopūstų sriuba (augalinis) Kiaulienos troškiny su daržovėmis (moliūgas, šparaginės pupelės, kukurūzai) (T) Virti ryžiai Švž. paprikų lazdelės (spalvotos) Morkų salotos su alyv. aliejumi Vanduo		Bulvių blynai su varške (9%) ir špinatais Grietinė (30%) Švž. paprikų lazdelės (spalvotos) Morkų salotos su alyv. aliejumi Vanduo
Pavakariai:		
Viso grūdo miltų sklandžiai su bananais Grietinė (30%) Vanduo		

Trečiadienis	
Pusryčiai:	
Grikių košė; Grietinė (30%) Švž. vaisiai; Žolelių arbata (nesaldinta)	
Pietūs:	
Daržovių sriuba (augalinis) Vištienos šlaunelė iš krosnies (T) Virtos bulvės su sviestu (82%) Pekino kopūstų-paprikų-agurkų salotos Švž. morkų lazdelės; Vanduo	Pupelių kotletukai Krosnyje keptos bulvės Pekino kopūstų-paprikų-agurkų salotos Švž. morkų lazdelės; Vanduo
Pavakariai:	
Lietiniai blynėliai su varške (9%) Trintos miško uogos; Vanduo	
Ketvirtadienis	
Pusryčiai:	
Sorų kruopų košė; Persikų tyrėlė Pienas (2,5%); Švž. vaisiai; Vanduo	
Pietūs:	
Burokėlių sriuba (augalinis) Triušienos - daržovių (moliūgas, svogūnai, cukinija) maltinukas (T) Miežių kruopų košė Švž. agurkai Švž. pomidorų salotos su alyv. aliejumi Vanduo	Cukinija, užkepta daržovėmis ir fermentiniu sūriu Miežių kruopų košė Švž. agurkai Švž. pomidorų salotos su alyv. aliejumi Vanduo
Pavakariai:	
Nesaldus obuolių pyragas Vanduo	
Penktadienis	
Pusryčiai:	
Trijų grūdų kruopų košė Trintos miško uogos; Švž. vaisiai; Vanduo	
Pietūs:	
Žuvienė Jautienos ir daržovių (paprika, svogūnai, moliūgas ir kt.) troškinys (T) Virtos pupelės su daržovėmis (moliūgas, cukinija ir kt.) Pekino kopūsto, geltonosios paprikos, porų salotos su džiovintomis spanguolėmis Švž. agurko lazdelės; Vanduo	Burokėlių kotletukai Špinatų padažas Virtos pupelės su daržovėmis Pekino kopūsto, geltonosios paprikos, porų salotos su džiovintomis spanguolėmis Švž. agurko lazdelės; Vanduo
Pavakariai:	
Ryžių – varškės (9%) apkepas Trintos miško uogos Vanduo	

MOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ MENIU

Maistas gaminamas mamų, su meile

III - ji savaitė

I Bendrasis	II Alternatyvus patiekalas	III Vegetariškas meniu
Pirmadienis		
Pusryčiai:		
Miežių kruopų košė su sviestu, saulėgražų daigeliais Švž. vaisiai Vanduo		
Pietūs:		
Raugintų kopūstų sriuba (augalinis) Vištienos-daržovių troškiny (T) Virtos bulvės su sviestu (82%) Kopūstų – morkų salotos su bruknėmis Saliero lazdelės Vanduo		Žiedinio kopūsto ir kt.daržovių kotletukai Virtos bulvės su sviestu (82%) Kopūstų – morkų salotos su bruknėmis Saliero lazdelės Vanduo
Pavakariai:		
Kieto grūdo makaronai su špinatų – grietinėlės padažu, fermentiniu sūriu (45%) Švž. agurkėlis Vanduo		
Antradienis		
Pusryčiai:		
Kvietinių kruopų košė; Persikų tyelė Švž. vaisiai Vanduo		
Pietūs:		
Burokėlių sriuba (augalinis) Jautienos-kiaulienos ir daržovių kotletukas Virti griekiai Salierų salotos su agurkais, porais, morkomis Ropių lazdelės Vanduo		Kepta cukinija, brokoliai ir kt. Virti griekiai Salierų salotos su agurkais, porais, morkomis Ropių lazdelės Vanduo
Pavakariai:		
Lietiniai blynėliai su varške (9%) Trintos braškės Žolelių arbata (nesaldinta)		

Trečiadienis	
Pusryčiai:	
Avižinių dribsnių košė su daigintomis spindulinėmis pupulėmis Trintos vyšnios; Švž. vaisiai Vanduo	
Pietūs:	
Žuvies (menkė/lašiša/karpis) ir daržovių sriuba Vištienos pjausneliai Saldžiarūgštė daržovių tyrėlė Bulvių košė Burokėlių salotos; Švž. agurkėliai Vanduo	Daržovių (moliūgų, cukinijų, svogūnų, morkų ir kt.) maltinukas Bulvių košė Burokėlių salotos; Švž. agurkėliai Vanduo
Pavakariai:	
Daržovės, keptos garų krosnyje su rozmarinu (burokėliai, brokoliai, bulvės ir kt.) Kefyras (2,5%)	
Ketvirtadienis	
Pusryčiai:	
Avižinių dribsnių košė su saulėgrąžų daigeliais; Trintos miško uogos Švž. vaisiai; Vanduo	
Pietūs:	
Žirnių sriuba Triušienos šnicelis (T) Miežių kruopų košė Morkų - ridikų salotos su obuoliais Švž. agurkų lazdelės Vanduo	Kepti burokėliai su varškės sūriu Virtos pupelės Morkų - ridikų salotos su obuoliais Švž. agurkų lazdelės Vanduo
Pavakariai:	
Morkų - varškės apkepas Grietinė (9%); Arbata (nesaldinta)	
Penktadienis	
Pusryčiai:	
Ryžių košė su spanguolėmis Pienas (2,5%); Švž. vaisiai	
Pietūs:	
Daržovių sriuba (augalinis) Troškinta kalakutiena su daržovėmis (T) Perlinės kruopos Žiedinių kopūstų – morkų- porų- kukurūzų salotos Švž. agurkų lazdelės Vanduo	Viso grūdo makaronų apkepas su varške ir špinatais, fermentiniu sūriu (45%) (sluoksniuotas) Graikiško jogurto užpilas Žiedinių kopūstų – morkų- porų- kukurūzų salotos Švž. agurkų lazdelės; Vanduo
Pavakariai:	
Nesaldus morkų - cinamonų pyragas Vanduo	