

Mažeikių lopšelis - darželis "Linelis"

Numatomi valgiaraščiai I - penkiadieniui

Istaiga pasilieka teisę, esant būtinybei, keisti maisto produktus ar patiekalus, nesumažinant energetinės vertės.

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS
<i>Pusryčiai 8.30–8.45 val.</i>	<i>Pusryčiai 8.30–8.45 val.</i>	<i>Pusryčiai 8.30–8.45 val.</i>	<i>Pusryčiai 8.30–8.45 val.</i>
Miežinių kruopų košė <b>G</b> (tausojantis)	Grikių košė su sviestu <b>P</b>	Virtas kiaušinis <b>K</b> su konc.žirneliais	Sorų kruopų košė (augalinis)
Sviesto, grietinės padažas <b>P</b>		Viso grūdo duona <b>G</b>	Natūralus jogurtas <b>P</b> , bananai
Arbata, grikių traputis 10.45 vaisiai	Erškėtrožių arbata 10.45 vaisiai	Vaisinė arbata 10.45vaisiai	Arbata 10.45 morkos
<i>Pietūs 11.45–12.10 val.</i>	<i>Pietūs 11.45–12.10 val.</i>	<i>Pietūs 11.45–12.10 val.</i>	<i>Pietūs 11.45–12.10 val.</i>
Agurkų, perlinių <b>G</b> kr. sriuba (augalinis, tausojantis)	Avinžirnių, perlinių, kruopų sriuba (augalinis, tausojantis) Viso grūdo duona <b>G</b>	Rūgštynių sriuba <b>G, K</b> (tausojanti)	Vištienos sultinys (tausojantis)
Viso grūdo duona <b>G</b>	Vištienos kumpelių guliašas (tausojantis)	Viso grūdo duona <b>G</b>	Viso grūdo duona <b>G</b>
Kiaulienos plovai su nešlifuoti ryžiais (tausojantis)	Bulvių košė	Maltinis paukštienos, kiaulienos <b>G, K</b> (tausojantis)	Bulvių plokštainis <b>K</b> su paukštiena, Grietinės padažas <b>P</b>
Pomidorų, agurkų salotos su aliejumi	Morkų, obuolių, salierų <b>S</b> salotos (augalinis tausojantis), brokolio skiltelė	Virti ryžiai	
		Kopūstų, salierų <b>S</b> salotos	
		Pomidoro skiltelė	
<i>Užkandėlė 15.15 val.</i>	<i>Užkandėlė 15.15 val.</i>	<i>Užkandėlė 15.15 val.</i>	<i>Užkandėlė 15.15 val.</i>
Morkos	Vaisiai	Kefyro kokteilis <b>P</b>	Sezoniniai vaisiai
<i>Vakarienė 16.30–16.50 val.</i>	<i>Vakarienė 16.30–16.50 val.</i>	<i>Vakarienė 16.30–16.50 val.</i>	<i>Vakarienė 16.30–16.50 val.</i>
Virti varškėčiai <b>L, P, G</b>	Varškės, <b>P</b> bananų apkepas	Košė „Niekutis“ <b>G, P</b>	Viso grūdo makaronai <b>G, K</b> (tausojantis)
Natūralus jogurtas <b>P</b>	Grietinė <b>P</b>	Grietinės, sviesto padažas <b>P</b>	Kietasis sūris <b>P</b>
Arbata	Arbata	Duona <b>G</b> su sviestu, varškės sūriu <b>P</b>	Nesaldinta arbata
		Pienas <b>P</b>	Bananai

Paaiškinimas: **G** – glitimo turintys javai, **K** – kiaušiniai ir jų produktai, **Ž** – žuvis ir jų produktai, **P** – pienas ir jų produktai, **R** – riešutai ir jų produktai, **S** – salierai.

<b>PENKTADIENIS</b>
<i><b>Pusryčiai 8.30–8.45 val.</b></i>
Bavižinių dribsnių blynėliai <b>G, K</b> , varškė <b>P</b>
Natūralus jogurtas, <b>P</b> šaldyt.uogos
Arbata
10.45 vaisiai
<i><b>Pietūs 11.45–12.10 val.</b></i>
Trinta daržovių sr. (augalinis, tausojantis)
Viso grūdo duona <b>G</b>
Jūros lydekos <b>Ž, G, K</b> paplotėlis (tausojantis)
Virtos bulvės (augalinis)
Burokėlių, pupelių salotos (augalinis, tausojantis)
<i><b>Užkandėlė 15.15 val.</b></i>
Kriaušės
<i><b>Vakarienė 16.30–16.50 val.</b></i>
Pieniška <b>P</b> makaronų <b>G, K</b> sriuba
Viso grūdo duona <b>G</b> su sviestu, kietu sūriu <b>P</b>