|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Šalčininkų r. Jašiūnų  lopšelis – darželis “Žilvitis” |  | MENIU |  | Tvirtinu: direktorė S. Bulavina |
| 1 Savaitė (4 – 7 metų amžiaus) |  |  |  |  |
| PIRMADIENIS | ANTRADIENIS | TREČIADIENIS | KETVIRTADIENIS | PENKTADIENIS |
| **Pusryčiai**  Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu 82% 150 / 4  Viso grūdo duona su sviestu 82%, kiaušiniu 35 / 4 / 25  Nesaldinta žolelių (mėtų) arbata 200  Vaisiai 95  **Pietūs**  Žirnių sriuba 150  Grietinė 30% 10  Keptas kiaulienos maltinis 75  Kuskuso kruopų košė 80  Troškinti kopūstai 60  Švieži pomidorai 40  Viso grūdo duona 25  Vanduo 150  **Vakarienė**  Kepti pikantiški bulvinukai 180  Grietinė 30% 10  Pienas 200  Vaisiai 120 | **Pusryčiai**  Varškės ( varškė 9% ) spygliukai 100  Nesaldintas jogurtas 2,0 % - 10  Avižinių sausainis arba traputis 15  Ramunėlių arbata (nesald.) 200  Vaisiai 100  **Pietūs**  Perlinių kruopų sriuba 150  Grietinė 30% 5  Keptas vištienos maltinukas 75  Bulvių košė 100  Pupelių salotos su agurkais (su nerafinuotu saulėgrąžų aliejumi)  60/3  Šviežių daržovių (pomidorų, paprikų) rinkinukas 25 / 25  Viso grūdo duona 20  Vanduo 150  **Vakarienė**  Pieniška grikių kruopų koše su sviestu 82 % 150 / 4  Plėšiama sūrio lazdelė PIK NIK 15  Pienas 2,5% 150  Vaisiai 100 | **Pusryčiai**  Pieniška ryžių kruopų košė su sviestu 82% 150 / 4  Viso grūdo batonas su sviestu 82%, fermentiniu sūriu 45% 25 / 4 / 17  Nesaldinta žolelių arbata (erškėtrožių) 200  Vaisiai 100  **Pietūs**  Pupelių sriuba su miltiniais kukulaičiais (su viso grūdo miltais150  Grietinė 30% 10  Kiaulienos išpjovos ir daržovių  ( bulvių – morkų) troškinys 70 / 130  Šviežių kopūstų, morkų, obuolių salotos ( su neraf. saulėgrąžų aliejumi) 90 / 5  Viso grūdo duona 25  Vanduo 150  **Vakarienė**  Virtinukai su varške 9% 55/45  Grietinė 30% 10  Pienas 2,5% 200  Vaisiai 130 | **Pusryčiai**  Kiaušinienė su pomidorais 80 / 40  Viso grūdo batonas 20  Pienas 2,5% 150  Vaisiai 150  **Pietūs**  Šviežių kopūstų sriuba  150  Nesaldintas jogurtas 2,0 % 10  Keptas žuvies maltinukas 75  Grikių kruopos su morkomis ir svogūnais 55 / 15  Troškinti burokėliai 70  Švieži agurkai 50  Viso grūdo duona 20  Vanduo 150  **Vakarienė**  Lietiniai ( su viso grūdo miltais) 100  Grietinė 30% 10  Ekologiškas jogurtas 3,4 % 125  Nesaldinta žolelių arbata (mėtų) 200  Vaisiai 100 | **Pusryčiai**  Pieniška sorų kruopų košė su sviestu 82% 150 / 4  Viso grūdo batonas su lydytu sūriu 42% 20 / 10  Pienas 2.5% 150  Vaisiai 80  **Pietūs**  Agurkinė su perlinėmis kruopomis 150  Grietinė 30% 9  Ryžių plovas su vištienos filė  100 / 80  Pieno padaže troškintos morkos 75  Švieži pomidorai 45  Viso grūdo duona 20  Vanduo 150  **Vakarienė**  Varškės 9% apkepas 100  Nesaldintas jogurtas 2% 10  Nesaldinta žolelių (melisos) arbata 200  Traputis 10  Vaisiai 100 |
| |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | Dienos patiekaluose yra alergijas  sukeliančios medžiagos:  **Rūgiai**  - duonoje.  **Miežiai** – miežių košėje.  **Kviečiai** – troškintuose kopūstuose, duonoje.  **Kiaušiniai** – sumuštiniuose, maltinukuose.  **Pienas ir jo produktai** – sriuboje, miežių košėje. | Dienos patiekaluose yra alergijas  sukeliančios medžiagos:  **Rūgiai** – duonoje.  **Avižos –** sausainiuose.  **Kviečiai** – duonoje, maltinukuose, spygliukuose.  **Kiaušiniai** – spygliukuose, maltinukuose.  **Pienas ir jo produktai** – spygliukuose, bulvių košėje, sriuboje, grikių košėje. | Dienos patiekaluose yra alergijas sukelenčios medžiagos:  **Rūgiai** – duonoje.  **Kviečiai** - virtinukuose, duonoje, sriuboje  **Pienas ir jo produktai** – ryžių košėje, sriuboje, virtinukuose, sumuštiniuose.  **Kiaušiniai** – sriuboje,  virtinukuose. | Dienos patiekaluose yra alergijas  sukeliančios medžiagos:  **Rūgiai** – duonoje.  **Kiaušiniai** - kiaušinienėje, maltinukuose, lietiniuose.  **Pienas ir jo produktai** - sriuboje, troškintuose burokėliuose, kiaušinienėje, lietiniuose.  **Kviečia**i – troškintuose burokėliuose, lietiniuose, duonoje.  **Žuvis** – maltinukuose. | Dienos patiekaluose yra alergijas sukeliančios medžiagos:  **Rūgiai** – duonoje.  **Pienas ir jo produktai** – sorų kr. košėje, sumuštiniuose, sriuboje, troškintose morkose, varškės apkepe.  **Kviečiai** – troškintose morkose, duonoje.  **Kiaušiniai –** varškės apkepe. |   Dietistė: V. Kaladiun | | | | |
|  | | | | |