|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  Šalčininkų r. Jašiūnų lopšelis – darželis “Žilvitis” |  | MENIU |   |  Tvirtinu: direktorė S. Bulavina |
| 1 Savaitė |  |  |  |  |
| PIRMADIENIS | ANTRADIENIS | TREČIADIENIS | KETVIRTADIENIS | PENKTADIENIS |
| **Pusryčiai**Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu 82% 100 /2.5 – 150 / 4Viso grūdo duona su sviestu 82%, kiaušiniu 30 / 4 / 25 – 35 / 4 / 25Nesaldinta žolelių (mėtų) arbata150 – 200Vaisiai 95**Pietūs**Žirnių sriuba 100 – 150Grietinė 30% 5 – 10Keptas kiaulienos maltinis 50 – 75Kuskuso kruopų košė 50 - 80Troškinti kopūstai 60 Švieži pomidorai 40 Viso grūdo duona 20 – 25Vanduo 100 – 150**Vakarienė**Kepti pikantiški bulvinukai 140 – 180Grietinė 30% 10Pienas 150 - 200Vaisiai 100 - 120 | **Pusryčiai**Varškės ( varškė 9% ) spygliukai 75 – 100Nesaldintas jogurtas 2,0 % - 10Avižinių sausainis arba traputis 15Ramunėlių arbata (nesald.) 150 - 200Vaisiai 100**Pietūs**Perlinių kruopų sriuba 100 – 150Grietinė 30% 5Keptas vištienos maltinukas 60 – 75Bulvių košė 80 – 100Pupelių salotos su agurkais (su nerafinuotu saulėgrąžų aliejumi) 50 / 2,5 – 60 / 3Šviežių daržovių (pomidorų, paprikų) rinkinukas 20 / 20 – 25 / 25Viso grūdo duona 15 - 20Vanduo 100 - 150**Vakarienė**Pieniška grikių kruopų koše su sviestu 82 %100 / 2,5 – 150 / 4Plėšiama sūrio lazdelė PIK NIK 15Pienas 2,5% 100 - 150 Vaisiai 100 | **Pusryčiai**Pieniška ryžių kruopų košė su sviestu 82% 100 / 2.5 - 150 / 4 Viso grūdo batonas su sviestu 82%, fermentiniu sūriu 45% 20 / 3 / 15 – 25 / 4 / 17Nesaldinta žolelių arbata (erškėtrožių) 150 – 200Vaisiai 100**Pietūs**Pupelių sriuba su miltiniais kukulaičiais (su viso grūdo miltais) 100 – 150 Grietinė 30% 10Kiaulienos išpjovos ir daržovių( bulvių – morkų) troškinys50 / 100– 70 / 130Šviežių kopūstų, morkų, obuolių salotos ( su neraf. saulėgrąžų aliejumi) 70 / 4 – 90 / 5Viso grūdo duona 25Vanduo 100 - 150**Vakarienė**Virtinukai su varške 9% 41/34 -55/45Grietinė 30% 10Pienas 2,5% 150 – 200Vaisiai 110 - 130 | **Pusryčiai**Kiaušinienė su pomidorais60 / 30 – 80 / 40Viso grūdo batonas 20Pienas 2,5% 100 - 150Vaisiai 100 – 150**Pietūs**Šviežių kopūstų sriuba 100 – 150Nesaldintas jogurtas 2,0 % 10Keptas žuvies maltinukas 60 – 75Grikių kruopos su morkomis ir svogūnais 40 / 10 – 55 / 15Troškinti burokėliai 60 – 70Švieži agurkai 40 – 50Viso grūdo duona 20 Vanduo 100 – 150**Vakarienė**Lietiniai ( su viso grūdo miltais)80 – 100Grietinė 30% 10Ekologiškas jogurtas 3,4 % 125Nesaldinta žolelių arbata (mėtų) 150 – 200Vaisiai 70 - 100 | **Pusryčiai**Pieniška sorų kruopų košė su sviestu 82% 100 / 2.5 – 150 / 4Viso grūdo batonas su lydytu sūriu 42% 20 / 10Pienas 2.5% 100 - 150 Vaisiai 80**Pietūs**Agurkinė su perlinėmis kruopomis 100 – 150Grietinė 30% 9Ryžių plovas su vištienos filė70 / 50 – 100 / 80Pieno padaže troškintos morkos60 – 75Švieži pomidorai 40 – 45Viso grūdo duona 20 Vanduo 100 – 150**Vakarienė**Varškės 9% apkepas 75 - 100Nesaldintas jogurtas 2% 10Nesaldinta žolelių (melisos) arbata 150 – 200Traputis 10Vaisiai 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 alergijassukeliančios 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 alergijassukeliančios 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 |
|   |