|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pirmadienis** | **Antradienis** | **Trečiadienis** | **Ketvirtadienis** | **Penktadienis** |
| Pieniška manų kruopų košė su cinamonu.  Pienas (2,5 %). | Avižinių dribsnių košė su obuoliais, cinamonu ir sviestu (82%), pienu (2,5%), (tausojantis). Kakava su pienu (2,5%). | Omletas su sūriu (tausojantis). Pomidoras. Nesaldinta kmynų arbata.  Duona su sviestu (82%). | Pilno grūdo makaronai su sviestu (82%) ir sūriu.  Nesaldinta arbata. | Pieniška (2,5%) ryžių sriuba su sviestu (82%), (tausojantis). Duona su sviestu (82%). |
| Vanduo. Bulvienė su miežinėmis kruopomis (augalinis, tausojantis).  Orkaitėje troškinta kalakutienos filė (tausojantis). Bulvių košė su sviestu 82% (tausojantis). Šviežių kopūstų, agurkų salotos (augalinis, tausojantis). | Vanduo. Vištienos sriuba su daržovėmis (tausojantis). Orkaitėje kepti kiaulienos kumpio kotletai (tausojantis).  Bulvės (tausojantis). Virti žalieji žirneliai (augalinis) (tausojantis). Morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis, tausojantis). | Vanduo. Raugintų kopūstų sriuba (augalinis, tausojantis).  Orkaitėje keptos paukštienos šlaunelės (tausojantis). Virtos bulvės (tausojantis).  Pomidorų, salierų ir kopūstų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis, tausojantis). | Vanduo. Žirnių sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis, tausojantis).  Jūrinių lydekų filė kotletai (tausojantis). Perlinės kruopos (augalinis, tausojanti). Burokėlių salotos su svogūnais ir česnaku (augalinis). Sezoninės daržovės. | Vanduo. Burokėlių sriuba (augalinis, tausojantis). Žemaičių blynai su kiauliena (tausojantis).  Natūralus jogurtas.  Kefyras 2,5%. Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos). |
| Viso grūdo speltos bananiniai blynai su kefyru (2,5). Uogos.  Nesaldinta arbata. | Orkaitėje kepti virtų bulvių ir viso grūdo spelta miltų  paplotėliai (augalinis) (tausojantis). Natūralus jogurtas. | Grikių kruopų košė (augalinis, tausojantis) su grietinės sviesto padažu.  Nesaldinta kmynų arbata. | Tradicinis varškės (9%) apkepas (tausojantis). Natūralus jogurtas. Kakava su pienu (2,5%). | Viso grūdo ruginė duona, su sviestu (82%), virta kiaulienos dešra (a.r.). Agurkas. Nesaldinta arbata. |

Tvirtinu:

**I savaitės meniu:**

\*esant maisto tiekimo trikdžiams, valgiaraštis gali būti koreguojamas.

PASTABA. Mosėdžio vaikų lopšelis — darželis dalyvauja programoje „Vaisių ir daržovių bei pieno produktų vartojimo skatinimas vaikų ugdymo įstaigose“. Vaikams nemokamai kiekvieną savaitę dalijami obuoliai, obuolių sultys, ekologiški jogurtai, ekologiškas pienas, ekologiškos Pik – Nik sūrio lazdelės. Paramą veža AB Žemaitijos pienas.

Tvirtinu:

**II savaitės meniu**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pirmadienis** | **Antradienis** | **Trečiadienis** | **Ketvirtadienis** | **Penktadienis** |
| Pieniška miežinių kruopų košė su uogomis (tausojantis). Kakava su pienu (2,5%). | Kvietinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis) ir uogomis. Nesaldinta arbata. | Virti kiaušiniai (tausojantis). Duona su sviestu. Pomidoras. Nesaldinta kmynų arbata | Viso grūdo avižinių dribsnių košė su sviestu (82%), (tausojantis). Uogos. Nesaldinta vaisinė arbata. | Pieniška manų kruopų košė su cinamonu.  Kakava su pienu (2,5%). |
| Vanduo. Rūgštynių sriuba (tausojantis) (augalinis). Virti kalakutienos filė kukuliai su pieno (2,5%) padažu (tausojantis). Virtos bulvės (tausojantis). Morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis). Pomidoras. | Vanduo. Avinžirnių sriuba su žalumynais (augalinis, tausojantis). Plovas su kiauliena (tausojantis). Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos). Kefyras 2,5%. | Vanduo. Žiedinių kopūstų, bulvių ir morkų sriuba su pupelėmis (augalinis, tausojantis). Troškinti balandėliai su kiaulienos ir basmati ryžių įdaru  (tausojantis). Virtos bulvės (tausojantis). Šviežias agurkas. Pomidoras. | Vanduo. Pomidorų lęšių sriuba kario prieskoniais (augalinis, tausojantis).  Troškinti jautienos – kiaulienos kumpių kotletai su ryžiais (tausojantis). Bulvių košė su sviestu 82% (tausojantis). Virtų burokėlių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis). | Vanduo. Burokėlių sriuba (tausojantis). Bulvių plokštainis su kiauliena. Natūralus jogurtas.  Kefyras 2,5%. |
| Avižinių dribsnių blyneliai su obuoliais ir bananais. Uogos.  Pienas (2,5%). | Tradiciniai lietuviški virti varškėčiai (9%). Natūralus jogurtas. Kakava su pienu (2,5%) | Pieniška (2,5%) makaronų sriuba (tausojantis). Duona su sviestu. | Varškės ryžių apkepas (tausojantis). Natūralus jogurtas. Nesaldinta arbata. | Viso grūdo ruginė duona, su sviestu (82%), virta kiaulienos dešra (a.r.). Agurkas. Nesaldinta arbata. |

\*esant maisto tiekimo trikdžiams, valgiaraštis gali būti koreguojamas.

PASTABA. Mosėdžio vaikų lopšelis — darželis dalyvauja programoje „Vaisių ir daržovių bei pieno produktų vartojimo skatinimas vaikų ugdymo įstaigose“. Vaikams nemokamai kiekvieną savaitę dalijami obuoliai, obuolių sultys, ekologiški jogurtai, ekologiškas pienas, ekologiškos Pik – Nik sūrio lazdelės. Paramą veža AB Žemaitijos pienas.

Tvirtinu:

**III savaitės meniu**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pirmadienis** | **Antradienis** | **Trečiadienis** | **Ketvirtadienis** | **Penktadienis** |
| Pilno grūdo makaronai su sviestu (82%) ir sūriu. Nesaldinta arbata. | Grikių kruopų košė (augalinis, tausojantis) su grietinės sviesto padažu.  Nesaldinta kmynų arbata. | Orkaitėje kepta biri kiaušinienė (tausojantis). Šviežias agurkas.  Kmynų arbata. Duona. | Kvietinių kruopų košė su sviestu (82%), (tausojantis). Uogos. Nesaldinta arbata. | Viso grūdo avižinių dribsnių košė su sviestu (82%), (tausojantis). Uogos. Kakava su pienu (2,5%). |
| Vanduo. Bulvienė su miežinėmis kruopomis (augalinis, tausojantis).  Orkaitėje kepti kiaulienos kumpio kotletai (tausojantis). Virtos bulvės (augalinis). Paprikų lazdelės, agurkas. | Vanduo.  Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis).  Orkaitėje keptos paukštienos šlaunelės (tausojantis). Virti ryžiai su kariu (tausojantis). Kopūstų salotos su agurku ir citrinos sultimis (augalinis). | Vanduo. Raugintų kopūstų sriuba (augalinis, tausojantis). Kepti su garais kiaulienos zrazai su daržovių (morkos,  cukinijos, porai) įdaru (tausojantis)  Bulvių košė su sviestu (82%). Žiedinių k. salotos su pomidorais bei paprikomis, linų sėmenų aliejumi (augalinis, tausojantis). | Vanduo. Žirnių sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis, tausojantis).  Žuvies maltinis. Virti grikiai.  Pekino kopūsto salotos su paprika. | Vanduo. Barščių sriuba su pupelėmis (augalinis) (tausojantis).  Virtų bulvių cepelinai su kiauliena. Natūralus jogurtas. Kefyras (2,5%). |
| Miltiniai blynai. Uogos. Kakava su pienu (2,5%). | Pieniška (2,5%) makaronų sriuba. Duona su sviestu. | Viso grūdo lietiniai blynai su obuolių ir cinamono įdaru. Nesaldinta arbata. | Tradicinis varškės apkepas (9%) (tausojantis). Uogos. Kakava su pienu (2,5%). | Viso grūdo ruginė duona, su sviestu (82%), virta kiaulienos dešra (a.r.). Agurkas. Nesaldinta arbata. |

\*esant maisto tiekimo trikdžiams, valgiaraštis gali būti koreguojamas.

PASTABA. Mosėdžio vaikų lopšelis — darželis dalyvauja programoje „Vaisių ir daržovių bei pieno produktų vartojimo skatinimas vaikų ugdymo įstaigose“. Vaikams nemokamai kiekvieną savaitę dalijami obuoliai, obuolių sultys, ekologiški jogurtai, ekologiškas pienas, ekologiškos Pik – Nik sūrio lazdelės. Paramą veža AB Žemaitijos pienas.

Tvirtinu:

**IV SAVAITĖS MENIU**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pirmadienis** | **Antradienis** | **Trečiadienis** | **Ketvirtadienis** | **Penktadienis** |
| Pieniška manų kruopų košė su cinamonu (tausojantis). Kakava su pienu (2,5%). | Perlinių kruopų košė (augalinis, tausojantis). Grietinės – sviesto padažas. Nesaldinta arbata. | Virtas kiaušinis (tausojantis), duona su sviestu. Pomidoras. Kakava su pienu (2,5%). | Grikių kruopų košė (augalinis, tausojantis) su grietinės sviesto padažu.  Nesaldinta kmynų arbata. | Varškės ryžių apkepas (tausojantis). Natūralus jogurtas. Nesaldinta arbata. |
| Vanduo. Pomidorų lęšių sriuba su kario prieskoniais (augalinis, tausojantis).  Plovas su kiauliena (tausojantis). Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos), (augalinis).  Kefyras (2,5%). | Vanduo. Rūgštynių sriuba su ryžiais (tausojantis). Troškinti balandėliai su kiaulienos ir basmati ryžių įdaru  (tausojantis). Bulvės (tausojantis). Agurkas.  Virtų burokėlių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis). | Vanduo. Daržovių  sriuba su viso grūdo makaronais (augalinis) (tausojantis)Jautienos troškinys su moliūgais, mėlynais svogūnais,  pomidorais, morkomis (tausojantis).  Bulvių košė su sviestu 82% (tausojantis). Sezoninės daržovės (augalinis) | Vanduo. Žiedinių kopūstų, bulvių ir morkų sriuba su pupelėmis (augalinis, tausojantis)  Kapotos vištienos kepsniukai. Virti ryžiai su kariu (tausojantis). Morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir citrina (augalinis). Pomidoras (augalinis). | Vanduo. Burokėlių sriuba (tausojantis). Bulvių plokštainis su kiauliena. Natūralus jogurtas.  Kefyras (2,5%). |
| Pilno grūdo makaronai su sviestu (82%) ir sūriu Nesaldinta arbata. | Tradiciniai lietuviški virti varškėčiai (9%), (tausojantis). Natūralus jogurtas.  Kakava su pienu (2,5%). | Viso grūdo ruginė duona, su sviestu (82%), virta kiaulienos dešra (a.r.). Agurkas. Nesaldinta arbata | Miltiniai blynai su uogomis.  Pienas (2,5%). | Pieniška (2,5%) makaronų sriuba su sviestu (82%), (tausojantis). Duona su sviestu (82%). |

\*esant maisto tiekimo trikdžiams, valgiaraštis gali būti koreguojamas.

PASTABA. Mosėdžio vaikų lopšelis — darželis dalyvauja programoje „Vaisių ir daržovių bei pieno produktų vartojimo skatinimas vaikų ugdymo įstaigose“. Vaikams nemokamai kiekvieną savaitę dalijami obuoliai, obuolių sultys, ekologiški jogurtai, ekologiškas pienas, ekologiškos Pik – Nik sūrio lazdelės. Paramą veža AB Žemaitijos pienas.