

Klaipėdos lopšelio-darželio „Kregždutė“

VALGIARAŠTIS

Darželis dalyvauja paramos programose „Pienas Vaikams“ bei „Vaisių vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programa“. Šių programų dėka vaikai papildomai kelis kartus per savaitę gauna pieno produktų (jogurtai, sūrio lazdelės, pienas) bei vaisių (obuoliai, sultys)

PIRMADIENIS

Pusryčiai

Kvietinių kruopų košė T 200
Sviestas 8
Duoniukai / trapučiai 15
Varškės užtepėlė 15
Žolelių arbata nesaldinta 200
* Vaisiai 80

Pietūs

* Daržovių sriuba TA 150
Ruginė duona 30
Plovas su kiauliena T 150/50
** Daržovės 80
Pagardintas stalo vanduo 200

Vakarienė

Pieniška makaronų sriuba T 200
Riestainis 50
Kmylių arbata nesaldinta 200

ANTRADIENIS

Pusryčiai

Penkių javų dribsnių košė T 200
Sviestas 8
Sūrio lazdelė 20
Arbatžolių arbata su citrina nesaldinta 200

Pietūs

* Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis TA 150
Ruginė duona 30
Vištienos kepinukas T 80
Bulvių košė TA 80
** Daržovių sal. su neraf. al. 80
Pagardintas stalo vanduo 200
* Vaisiai 120

Vakarienė

Lietiniai su varškės įdaru 120/45
Jogurto ir uogienės padažas 15
Žolelių arbata nesaldinta 200

TREČIADIENIS

Pusryčiai

Kiaušinių košė T 80
** Daržovių sal. su neraf. al. 40
** Daržovės 40
Šviesi duona su sviestu 35/7
Arbatžolių arbata nesaldinta 200

Pietūs

* Kopūstų sriuba su bulvėmis TA 150
Ruginė duona 30
Jautienos ir kiaulienos maltinukas T 80
Virtos ryžių kruopos TA 80
** Daržovės 80
Pagardintas stalo vanduo 200
* Vaisiai 120

Vakarienė

Kepti varškėčiai 110
Saldus grietinės padažas 16
Kmylių arbata nesaldinta 200

KETVIRTADIENIS

Pusryčiai

Avižinių dribsnių košė T 200
Sviestas 8
Trintų uogų padažas su bananais 35
Kakava su pienu saldinta 200
Sausučiai 10

Pietūs

* Pupelių sriuba TA 150
Ruginė duona 30
Žuvies kukulis T 90
Virtos bulvės TA 80
** Daržovės 80
Pagardintas stalo vanduo 200
* Vaisiai 120

Vakarienė

Makaronai su sviesto ir grietinės padažu T 200/20
Arbatžolių arbata nesaldinta 200

PENKTADIENIS

Pusryčiai

Perlinių kruopų košė T 200
Sviestas 6
Šviesi duona 20
Morkų užtepėlė A 20
Žolelių arbata nesaldinta 200
* Vaisiai 80

Pietūs

* Žirnių sriuba TA 150
Ruginė duona 30
Troškinta kalakutiena T 60/40
Virtos grikių kruopos TA 80
** Daržovių sal. su neraf. al. 80
Pagardintas stalo vanduo 200
Vakarienė
Varškės ir ryžių apkepas T 150
Jogurtas 10
Trintų uogų padažas 20
Arbatžolių arbata nesaldinta 200

*- rekomenduojama išduoti atskiru maitinimu.

T (Tausojantis patiekalas) – maistas, pagamintas maistines savybes tausojančiu gamybos būdu: virtas vandenyje ar garuose, troškintas, pagamintas konvekciniėje krosnelėje, keptas įvyniojus popieriuje ar folijoje.

TA - tausojantis augalinis

Klaipėdos lopšelio-darželio „Kregždutė“

VALGIARAŠTIS

Darželis dalyvauja paramos programose „Pienas Vaikams“ bei „Vaisių vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programa“. Šių programų dėka vaikai papildomai kelis kartus per savaitę gauna pieno produktų (jogurtai, sūrio lazdelės, pienas) bei vaisių (obuoliai, sultys)

PIRMADIENIS

Pusryčiai

Kvietinių kruopų košė T 150
Sviestas 6
Duoniukai / trapučiai 10
Varškės užtepėlė 15
Žolelių arbata nesaldinta 150
* Vaisiai 80

Pietūs

* Daržovių sriuba TA 100
Ruginė duona 25
Plovas su kiauliena T 110/40
** Daržovės 70
Pagardintas stalo vanduo 150

Vakarienė

Pieniška makaronų sriuba T 150
Riestainis 40
Kmylių arbata nesaldinta 150

ANTRADIENIS

Pusryčiai

Penkių javų dribsnių košė T 150
Sviestas 6
Sūrio lazdelė 20
Arbatžolių arbata su citrina nesaldinta 150

Pietūs

* Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis TA 100
Ruginė duona 25
Vištienos kepinukas T 60
Bulvių košė TA 60
** Daržovių sal. su neraf. al. 70
Pagardintas stalo vanduo 150
* Vaisiai 120

Vakarienė

Lietiniai su varškės įdaru 100/40
Jogurto ir uogienės padažas 10
Žolelių arbata nesaldinta 150

TREČIADIENIS

Pusryčiai

Kiaušinių košė T 70
** Daržovių sal. su neraf. al. 40
** Daržovės 30
Šviesi duona su sviestu 30/6
Arbatžolių arbata nesaldinta 150

Pietūs

* Kopūstų sriuba su bulvėmis TA 100
Ruginė duona 25
Jautienos ir kiaulienos maltinukas T 60
Virtos ryžių kruopos TA 60
** Daržovės 70
Pagardintas stalo vanduo 150
* Vaisiai 80

Vakarienė

Kepti varškėčiai 90
Saldus grietinės padažas 10
Kmylių arbata nesaldinta 150

KETVIRTADIENIS

Pusryčiai

Avižinių dribsnių košė T 150
Sviestas 6
Trintų uogų padažas su bananais 25
Kakava su pienu saldinta 150
Sausučiai 10

Pietūs

* Pupelių sriuba TA 100
Ruginė duona 25
Žuvies kukulis T 70
Virtos bulvės TA 60
** Daržovės 70
Pagardintas stalo vanduo 150
* Vaisiai 100

Vakarienė

Makaronai su sviesto ir grietinės padažu T 115/15
Arbatžolių arbata nesaldinta 150

PENKTADIENIS

Pusryčiai

Perlinių kruopų košė T 150
Sviestas 6
Šviesi duona 20
Morkų užtepėlė A 15
Žolelių arbata nesaldinta 150
* Vaisiai 80

Pietūs

* Žirnių sriuba TA 100
Ruginė duona 25
Troškinta kalakutiena T 50/20
Virtos grikių kruopos TA 60
** Daržovių sal. su neraf. al. 70
Pagardintas stalo vanduo 150
* Vaisiai 80
* Žirnių sriuba TA 100
Ruginė duona 25
Troškinta kalakutiena T 50/20
Virtos grikių kruopos TA 60
** Daržovių sal. su neraf. al. 70
Pagardintas stalo vanduo 150
* Vaisiai 80
* Žirnių sriuba TA 100
Ruginė duona 25
Troškinta kalakutiena T 50/20
Virtos grikių kruopos TA 60
** Daržovių sal. su neraf. al. 70
Pagardintas stalo vanduo 150
* Vaisiai 80
* Žirnių sriuba TA 100
Ruginė duona 25
Troškinta kalakutiena T 50/20
Virtos grikių kruopos TA 60
** Daržovių sal. su neraf. al. 70
Pagardintas stalo vanduo 150
* Vaisiai 80

*- rekomenduojama išduoti atskiru maitinimu.

T (Tausojantis patiekalas) – maistas, pagamintas maistines savybes tausojančiu gamybos būdu: virtas vandenyje ar garuose, troškintas, pagamintas konvekciniėje krosnelėje, keptas įvyniojus popieriuje ar folijoje.

TA - tausojantis augalinis