

Lopšelis - darželis „Sigutė“ Valgiaraščiai 15 dienų

Darbo laikas 7.30-18.00 val.				
PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
Pusryčiai 8.25 – 8.40 val.				
Tiršta miežinių kruopų košė su pienu ir sviestu (tausojantis) (G, P)* Karštas sumuštinis su pomidorų padažu, pomidorais ir fermentiniu sūriu (tausojantis) (G, P)* Arbatžolių arbata nesaldinta	Manų kruopų košė su cinamonu (tausojantis) (G, P)* Trintos uogos Arbatžolių arbata su citrina nesaldinta Melionas arba arbūzas	Avižinių dribsnių košė su pienu ir sviestu (tausojantis) (G, P)* Trintos uogos Trinti vaisiai su graikišku jogurtu ir uogomis (P)* Žolelių arbata nesaldinta	Kvietinių dribsnių košė su pienu ir sviestu (tausojantis) (G, P)* Varškės užtepėlė su česnakų (P)* Grikių trapučiai Kmynų arbata nesaldinta Apelsinai, morkos	Penkių grūdų dribsnių košė su pienu ir sviestu (tausojantis) (G, P)* Trintos uogos Kukurūziniai sausainiai (G, K, P)* Kakava su pienu (saldinta) (P)*
Pietūs 11.55 - 12.10 val.				
Lęšių sriuba su daržovėmis (tausojantis) (augalinis) Ruginė duona (viso grūdo)(G)* Vištienos maltinukas (tausojantis) (G, K, P)* Kuskusas (tausojantis) (augalinis) (G)* Paprikų, pomidorų ir agurkų lėkštelė (augalinis) Vanduo paskanintas braškėmis Obuoliai	Barščių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis) Grietinė (P) * Ruginė duona (viso grūdo) (G)* Maltos mėsos dešrelės (kiaulienos kumpinė) (tausojantis) (G, K)* Virtos grikių kruopos (tausojantis) (augalinis) Pomidorų salotos su natūraliu jogurtu (P) * Agurkas šviežias Žirneliai konservuoti Vanduo paskanintas apelsiniais	Daržovių sriuba su vištienos filė gabaliukais (tausojantis) (G)* Ruginė duona (viso grūdo) (G)* Jautienos befstrogenas (tausojantis) (G, P)* (darželis) Jautienos kukuliukai (tausojantis) (G, K)* (lopšelis) Bulvių košė (tausojantis) (P)* Raugintų kopūstų salotos su nerafinuotu aliejumi (augalinis) Šviežių daržovių rinkinys (morkos, pomidorai) Vanduo paskanintas citrinomis Obuoliai	Avinžirnių sriuba (tausojantis) (augalinis) (G)* Šviesi viso grūdo duona (G)* Lašišos kukulis (tausojantis) (G, Ž, K, P)* Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis) Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais Agurkas šviežias Vanduo paskanintas kriausėmis	Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis) (G) * Ruginė duona (viso grūdo) (G)* Kalakutienos kukulis (tausojantis) (K)* Virti ryžiai (tausojantis) (augalinis) Agurkų - krapų salotos su natūraliu jogurtu (P)* Šviežių daržovių rinkinys (morkos, pomidorai) Vanduo paskanintas braškėmis Kriaušės
Vakarienė 15.25 – 15.40 val.				
Varškės apkepas (tausojantis) (G, K, P) * Trintos uogos su natūraliu jogurtu ir cukrumi (P)* Žolelių arbata nesaldinta	Pieniška makaronų sriuba (tausojantis) (G, P)* Bemielės varškės bandelės (G, K, P)* Kriaušės	Bananiniai varškės virtinukai (tausojantis) (G, K, P)* Trintos braškės Jogurtinė grietinė (P)* Arbatžolių arbata nesaldinta	Omletas su sūriu (tausojantis) (G, K, P)* Pomidoras Batonas (viso grūdo) su sviestu (G, P)* Žolelių arbata nesaldinta	Virti makaronai su fermentiniu sūriu ir pomidorų padažu (tausojantis) (G, P)* Agurkas šviežias Kefyras (P)*

*Alergenai: G - Glitimo turintys javai, K - Kiaušiniai ir jų produktai, P - Pienas ir jo produktai (įskaitant laktozę), Ž - Žuvis ir jų produktai
Vaisiai, uogos ir daržovės gali būti keičiami atsižvelgiant į sezoniskumą, taip pat valgiaraštyje gali būti atliekami vienkartiniai pakeitimai
Vaisius ir uogas rekomenduojama pateikti atskiru maitinimu