

UAB..Danviga“
D.Meduneckienė

Tvirtina:mokyklos direktorė

6-10 metų amžiaus vaikų valgiaraštis

ANTRA SAVAITĖ

PIRMADIENIS

Pupelių sriuba su bulvėmis,morkomis (Augalinis.Tausojantis)	150 g
Vištienos kumpelių guliašas pomidorų tyrėje (Tausojantis)	120 g
Grikių kruopos	75 g
Virtų burokėlių salotos su obuoliais ir aliejaus padažu	70 g
Vaisis	120 g
Viso	519.33 kcal

ANTRADIENIS

Burokėlių,pupelių sriuba su bulvėmis,kopūstais,grietine (Augalinis.Tausojantis)	150/10
Maltas kiaulienos kepsnys (Tausojantis)	75 g
Perlinės kruopos	70 g
Kopūstų salotos su obuoliais	50 g
Vaisis	100 g
Viso	560,51 kcal

TREČIADIENIS

Špinatų sriuba su bulvėmis,grietine (Augalinis.Tausojantis)	150/10
Kepti varškėčiai 9 proc. Su grietine 30 proc.	100/30
Morkytės,vaisis	100/100
Viso	518.50 kcal

KETVIRTADIENIS

Pieniška(2.5 proc.) ryžių kruopų sriuba (Tausojantis)	150g
Kietagrūdžiai makaronai su malta mėsa(Jūreiviški makaronai) (Tausojantis)	160 g
Obuolių,morkų salotos su žirneliais su alyvuogių aliejumi	100 g
Vaisis	
Viso	509.39 kcal

PENKTADIENIS

Tiršta žirnių sriuba (Augalinis.Tausojantis)	150 g
Maltas jūros lydekės kepsnys (Tausojantis)	75 g
Virti ryžiai	50 g
Daržovių asrti, vaisis	70/120
Viso	500.57 kcal