

VILNAUS VADUVOS DARŽELIS-MOKYKLA INTEGRACINIS VALGIARAŠTIS (Lopšelio-darželio integr. valg.)  
I SAVAITĖ

direktorė Gita Leveckienė

Vilniaus Vadvos darželis - mokykla  
1 Vilniaus Vadvos darželis - mokykla

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTDIENIS
<p><b>Pusryčiai:</b> Pieniška avižinių dribsnių košė su sviestu 150/5g; 200/5g; Sūrio lazdelės 20g; Sezoninis vaisius 100g; 120g; Arbata 200ml;</p>	<p><b>Pusryčiai:</b> Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu 150/5g; 200/5g; Trintos uogos 20g; 25g; Sezoninis vaisius 100g; 120g; Jogurtas 100g; 125g; Arbata su citrina 150/2ml;</p>	<p><b>Pusryčiai:</b> Pieniška sorų kruopų košė su sviestu 150/5g; 200/5g; Batonas su trinta varške ir uogomis 30/30/10g; Sezoninis vaisius 100g; 120g; Arbata 200ml;</p>	<p><b>Pusryčiai:</b> Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu ir keptomis saulėgrąžomis 100/3g; 150/5g; Trintos uogos 20g; 25g; Sezoninis vaisius 100g; Arbata 150ml;</p>	<p><b>Pusryčiai:</b> Grikių kruopų košė su kepintomis morkomis (augalinis) 150g; Trapučiai 10g; 20g; Sezoninis vaisius 100g; 120g; Arbata su citrina 150/2ml;</p>
<p><b>Pietūs:</b> Skaidri pilno grūdo makaronų sriuba 100g; 150g; Duona 20g; 30g; Višienos gulišas 80g; 100g; Kuskuso krūpų košė su sviestu 60/2g; Švž. kopūstų salotos su morkomis ir citrinų-aliejaus užpilu 50/5g; Švž. daržovės 30g; 50g; Vanduo su citrina 200/2ml;</p>	<p><b>Pietūs:</b> Pomidorinė sriuba su ryžiais (augalinis) 100g; 150g; Duona 20g; 30g; Naminius kiaulienos kotletas keptas orkaitėje 60g; 80g; Biri grikių košė 60g; 80g; Pekino kopūstų salotos su citrinų-aliejaus užpilu 30/3g; 2-ių rūšių daržovės 40g; 50g; Stalo vanduo su apelsiniais 190/15ml;</p>	<p><b>Pietūs:</b> Žirnių sriuba (augalinis) 100g; 150g; Duona 20g; 30g; Garuose virtas kalakutienos maltinukas 60g; 80g; Bulvių košė su sviestu 60/2g; 80/3g; Virtų burkėlių salotos su citrinų-aliejaus užpilu 30/3g; 50/5g; Kons. kukurūzai 20g; Švž. daržovės 30g; Stalo vanduo su uogomis 150/15ml;</p>	<p><b>Pietūs:</b> Daržovių sriuba (augalinis) 100g; 150g; Duona 20g; 30g; Pilno grūdo makaronai su jautiena ir daržovių padažu 80/50/50g; 100/60/60g; 3-jų rūšių daržovės 70g; 90g; Stalo vanduo su citrina 200/2ml;</p>	<p><b>Pietūs:</b> Trinta moliūgų ir raudonųjų leščių sriuba su grietinele 100g; 150g; Skrebutis 15g; 20g; Orkaitėje keptas jūros lydekos plokštainis su sūriu 80g; 100g; Bulvių košė su sviestu 60/2g; 80/3g; Švž. daržovės 10g; Pomidorų salotos su aliejumi 50/5g; 70/7g; Stalo vanduo su mėty lapeliais 200ml;</p>
<p><b>Vakarienė:</b> Ryžių ir daržovių plovas (augalinis) 150g; 200g; Švieži pomidorai 50g; 80g; Arbata 200ml; Sezoninis vaisius 100g;</p>	<p><b>Vakarienė:</b> Orkaitėje keptas omlėtas 90g; Duona su sviestu 20/5g; 30/5g; Švž. pomidoras 30g; 50g; Arbata 200ml;</p>	<p><b>Vakarienė:</b> Ryžių kruopų košė su sviestu 100/3g; 150/5g; Mielinė bandelė 50g; Pienas 100ml; 150ml;</p>	<p><b>Vakarienė:</b> Skindžiai su varške ir bananais 100g; 150g; Trintos braskės 20g; 25g; Jogurtas 50g; Arbata 200ml;</p>	<p><b>Vakarienė:</b> Varškės ir ryžių sufle kepta orkaitėje 120g; 150g; Natūralus jogurtas 20g; 50g; Šviežios uogos 50g; Vaisių kokteilis 120g; 150ml;</p>