**ŠVENČIONIŲ R. ŠVENČIONĖLIŲ LOPŠELIS-DARŽELIS „VYTURĖLIS“**

**PERSPEKTYVINIS MENIU**

**Pirma savaitė**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pirmadienis**  | **Antradienis**  | **Trečiadienis**  | **Ketvirtadienis**  | **Penktadienis**  |
| **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** |
| Varškės sūrelis, Makaronai su sviestu,Arbata  | Traškučiai,Omletas su priedais,Pomidorai,Batonas,Arbata su pienu | Avižinių dribsnių košė,Sumuštinis su fermentiniu sūriu,Kakava su pienu | Pieniška kukurūzų košė su sviestu,Meduoliai,Arbata su citrina | Kvietinių kruopų košė su sviestu,Riestainiai,Arbata su pienu |
| **PRIEŠPIEČIAI**  | **PRIEŠPIEČIAI** | **PRIEŠPIEČIAI** | **PRIEŠPIEČIAI** | **PRIEŠPIEČIAI** |
| Obuolys, Pienas  | Kriaušės,Jogurtas 2,5% | Apelsinai,Kefyras 2,5% | Bananai,Kefyras 2,5% | Mandarinai,Geriamas jogurtas 2,5% |
| **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** |
| Barščiai su pupelėmis,Troškintos bulvės su mėsa,Pomidorai,Tamsi duona,Sulčių gėrimas | Mėsos kukulių sriuba,Lietiniai su varške,Grietinės-braškių padažas,J. duona,Vaisių ir uogų kompotas | Kopūstų sriuba,Troškinti mėsos kotletai,B. padažas su grietine,Bulvių košė,Agurkai su grietine,Tamsi duona,Vaisių sulčių gėrimas | Lietuviški barščiai,Netikri balandėliai,Pomidorų padažas,J. duona,Virtos bulvės,Obuolių sultys | Pupelių sriuba su daržovėmis,Troškinti žuvies kotletai su grietinės padažu,Bulvių košė,Kopūstų-morkų salotos su aliejumi,J. duona,Spanguolių gėrimas |
| **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** |
| Lietiniai su uogiene,Sviesto-grietinės padažas,Kakava su pienu | Dešrelės,Virtos bulvės,Pomidorų padažas,Pomidorai, Kmynų arbata | Perlinių kruopų košė,Jogurto javainiai,Obuolių-razinų kompotas | Varškės virtinukai,Sviesto ir grietinės padažas,Vyšnių kompotas | Morkos,Bandelė su varške,Pienas  |
| Dienos m.e. vertė: l-dB – **45,1-54,9**R – **50,1-60,0**A – **192,8-234,9**K – **1400,0-1699,7** | Dienos m.e. vertė: l-dB – **45,4-55,0**R – **50,0-60,0**A – **193,1-235,1**K – **1400,1-1700,1** | Dienos m.e. vertė: l-dB – **45,1-55,0**R – **50,1-60,0**A – **193,0-235,0**K – **1400,1-1700,0** | Dienos m.e. vertė: l-dB – **45,0-55,0**R – **50,1-60,1**A – **193,0-235,1**K – **1400,1-1700,1** | Dienos m.e. vertė: l-dB – **45,0-55,0**R – **49,7-60,4**A – **193,2-235,3**K – **1399,9-1700,2** |

 Pasiliekant teisę vykdyti koregavimo veiksmus bei pakeitimus.

 VMVT – tel. (8 387) 51971

 Valgiaraščio vertinimo pažyma 2015 m. rugsėjo 03 d. Nr. VVP-162

**ŠVENČIONIŲ R. ŠVENČIONĖLIŲ LOPŠELIS-DARŽELIS „VYTURĖLIS“**

**PERSPEKTYVINIS MENIU**

**Antra savaitė**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pirmadienis**  | **Antradienis**  | **Trečiadienis**  | **Ketvirtadienis**  | **Penktadienis**  |
| **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** |
|  Grikių kruopų košė su sviestu,Avižiniai sausainiai,Arbata su citrina | Manų kruopų košė su vyšniomis,Sumuštinis su varškės sūriu,Kakava  | Piene virta ryžių kruopų košė,Tepus sūris,Batonas,Arbata  | Grikių kruopų košė,Sumuštinis su fermentiniu sūriu,Pomidorai, Arbata | Blynai su obuoliais,Varškės padažas,Vaniliniai traškučiai,Kmynų arbata |
| **PRIEŠPIEČIAI**  | **PRIEŠPIEČIAI** | **PRIEŠPIEČIAI** | **PRIEŠPIEČIAI** | **PRIEŠPIEČIAI** |
| Melionas,Kefyras 2,5% | Bananas  | Jogurtas 2,5% | Morkų sultys,Sausainiai „Barni“ | Persikai,Kefyras  |
| **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** |
| Burokėlių sriuba,Troškinti mėsos kukuliai su padažu,Miežinių kr. košė,Agurkai,J. duona,Vaisių-uogų kompotas | Ryžių pomidorinė sriuba,Troškinti vištienos maltiniai su padažu,Morkų-obuolių salotos,J. duona,Uogų mišinio kompotas | Lietuviški barščiai,Netikras zuikis su grietinės padažu,Bulvių košė,Agurkų-pomidorų salotos su grietine,Obuolių kompotas,Tamsi duona | Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis,Troškinti žuvies kukuliai pieno padaže,Bulvių košė,Kopūstų salotos su ž.žirneliais, aliejumi, J. duona,Obuolių kompotas su razinomis | Žirnių sriuba su perlinėmis kruopomis,Ryžių plovas,Kopūstų ir agurkų salotos su aliejumi,J. duona, Braškių kompotas |
| **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** |
| Dešra, Keptos bulvės,Pomidorų padažas,Pomidorai,Apelsinų sultys | Troškintos bulvės su dešra,Sviesto ir grietinės padažas,B. duona,Pomidorai,Kmynų arbata | Lietiniai su uogiene,Bananai,Grietinės padažas,Kakava su pienu | Vynuogės,Kvietinių kruopų košė,Pienas | Avižinių dribsnių košė,Jogurto javainiai,Apelsinų sultys |
| Dienos m.e. vertė: l-dB – **45,0-55,0** R – **50,4-60,2**A – **193,2-234,9**K – **1400,2-1700,1** | Dienos m.e. vertė: l-dB – **45,0-55,0**R – **50,0-59,9**A – **193,0-234,5**K – **1399,9-1700,2** | Dienos m.e. vertė: l-dB – **45,0-55,0**R – **50,0-60,2**A – **193,2-235,0**K – **1400,3-1700,2** | Dienos m.e. vertė: l-dB – **44,9-55,3**R – **50,2-60,2**A – **193,0-235,2**K – **1400,3-1700,6** | Dienos m.e. vertė: l-dB – **45,0-54,9**R – **50,0-60,4**A – **193,1-235,0**K – **1400,0-1700,1** |

Pasiliekant teisę vykdyti koregavimo veiksmus bei pakeitimus.

 VMVT – tel. (8 387) 51971

 Valgiaraščio vertinimo pažyma 2015 m. rugsėjo 03 d. Nr. VVP-162

**ŠVENČIONIŲ R. ŠVENČIONĖLIŲ LOPŠELIS-DARŽELIS „VYTURĖLIS“**

**PERSPEKTYVINIS MENIU**

**Trečia savaitė**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pirmadienis**  | **Antradienis**  | **Trečiadienis**  | **Ketvirtadienis**  | **Penktadienis**  |
| **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** | **PUSRYČIAI** |
| Grikių kruopų košė su sviestu,Sausainiai,Arbata  | Miežinių kruopų košė,Sumuštinis su dešra, pomidoru,Kmynų arbata | Piene virta manų kruopų košė su braškėmis,Sausainiai,Arbata | Ryžių kruopų košė su sviestu,Riestainiai,Kakava  | Kukurūzų kruopų košė virta piene,Meduoliai,B. arbata |
| **PRIEŠPIEČIAI**  | **PRIEŠPIEČIAI** | **PRIEŠPIEČIAI** | **PRIEŠPIEČIAI** | **PRIEŠPIEČIAI** |
|  Obuoliai,Pienas  | Apelsinai,Jogurtas | Mandarinai, Kefyras  | Kriaušės,Pienas  | Kivi,Geriamas jogurtas 2,5% |
| **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** | **PIETŪS** |
| Kopūstų sriuba su bulvėmis,Mėsos maltiniai (troškinti),Baltas padažas su grietine,Bulvių košė,J. duona,Agurkų salotos,Vaisių sulčių gėrimas | Mėsos kukulių sriuba,Varškės virtinukai,Sviesto-grietinės padažas,Tamsi duona,Vyšnių kompotas | Bulvienė su makaronais,Troškinti vištienos maltiniai,Baltas padažas su grietine,Troškintos morkos,J. duona,Vaisių sulčių gėrimas | Burokėlių sriuba,Mėsos guliašas,Bulvių košė,Tamsi duona,Kopūstų ir agurkų salotos su aliejumi,Spanguolių gėrimas  | Žirnių sriuba su perlinėmis kruopomis,Troškinti žuvies kotletai,Pomidorų padažas su grietine,Burokėlių-obuolių salotos su aliejumi,J. duona,Citrinų gėrimas |
| **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** | **VAKARIENĖ** |
| Makaronai su fermentiniu sūriu,Meduoliai,Uogų kompotas | Virtas kiaušinis,Batonas su sviestu, ž.žirneliais,Sausainiai „Coliukė“,Kakava  | Trinta varškė su vyšniomis,Batonas,Sausainiai „Belvita“,Obuolių kompotas | Aukštaičių blynai su morkomis, grietine,Arbata su citrina  | Varškės-manų apkepas su vaisiais,Grietinės-braškių padažas,Obuolių sultys |
| Dienos m.e. vertė: l-dB – **45,0-55,3**R – **50,0-59,8**A – **193,1-235,2**K – **1400,2-1700,2** | Dienos m.e. vertė: l-dB – **45,1-54,9**R – **50,2-60,1**A – **193,0-235,3**K – **1400,2-1700,2** | Dienos m.e. vertė: l-dB – **45,3-55,2**R – **50,2-60,0**A – **193,0-235,0**K – **1400,2-1700,0** | Dienos m.e. vertė: l-dB – **45,0-55,2**R – **49,9-60,0**A – **192,7-235,1**K – **1400,0-1700,2** | Dienos m.e. vertė: l-dB – **45,0-55,0**R – **50,2-60,0**A – **193,3-234,9**K – **1400,3-1700,1** |

Pasiliekant teisę vykdyti koregavimo veiksmus bei pakeitimus.

 VMVT – tel. (8 387) 51971

 Valgiaraščio vertinimo pažyma 2015 m. rugsėjo 03 d. Nr. VVP-162