

ANTROS SAVAITĖS PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
<p>Avižinių kruopų košė (tausojantis)</p> <p>Natūralus jogurtas</p> <p>Žolelių arbata</p>	<p>Penkių grūdų dribsnių košė su uogomis ir linų sėmenimis (tausojantis)</p> <p>Vaisinė arbata su citrina</p>	<p>Miežinių kruopų košė su linų sėmenimis (tausojantis)</p> <p>Natūralus jogurtas</p> <p>Žolelių arbata</p>	<p>Grikių košė su saulėgražomis (tausojantis)</p> <p>Pasukos</p>	<p>Perlinio kuskuso kruopų košė (tausojantis)</p> <p>Sumuštinis su fermentiniu sūriu</p> <p>Žolelių arbata</p>
<p>Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis)</p> <p>Viso grūdo ruginė duona</p> <p>Vištienos guliašas</p> <p>Virti makaronai (tausojantis)</p> <p>Šviežių agurkų salotos su krapais (augalinis)</p> <p>Šviežių morkų traškios lazdelės (augalinis)</p> <p>Vanduo su citrina</p>	<p>Špinatų sriuba su kiaušiniu (tausojantis)</p> <p>Viso grūdo ruginė duona</p> <p>Jūrinių lydekų filė maltinukai (tausojantis)</p> <p>Morkų padažas</p> <p>Rudųjų ryžių košė (augalinis)</p> <p>Burokėlių salotos su pupelėmis (augalinis)</p> <p>Vanduo su citrina</p>	<p>Trinta daržovių sriuba su pupelėmis (tausojantis)</p> <p>Viso grūdo ruginė duona</p> <p>L – Troškintas kiaulienos maltinis (tausojantis)</p> <p>D – Troškinta kiaulienos nugarinė (tausojantis)</p> <p>Troškintos šparaginės pupelės (tausojantis)</p> <p>Šviežių kopūstų salotos (augalinis)</p> <p>Paprikos (augalinis)</p> <p>Vanduo su uogomis</p>	<p>Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)</p> <p>Viso grūdo ruginė duona</p> <p>Virtų bulvių cepelinai su mėsa (tausojantis)</p> <p>Grietinė</p> <p>Plėšytos gūžinės salotos (augalinis)</p> <p>Šviežių agurkų lazdelės (augalinis)</p> <p>Vanduo su citrina</p>	<p>Lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)</p> <p>Viso grūdo ruginė duona</p> <p>L – Vištienos kukulis (tausojantis)</p> <p>D – Troškinta vištienos šlaunelė (tausojantis)</p> <p>Bulvių košė (tausojantis)</p> <p>Pekino kopūstų, agurkų, pomidorų ir paprikų salotos (augalinis)</p> <p>Rauginti agurkai</p> <p>Vanduo su apelsinu</p>
<p>Varškės apkepas (tausojantis)</p> <p>Uogų tyrė</p> <p>Vaisių kompotas</p> <p>Vaisius</p>	<p>Kietųjų kviečių makaronai su varške (tausojantis)</p> <p>Juoda arbata</p> <p>Vaisius</p>	<p>Avinžirnių blynai</p> <p>Grietinė</p> <p>Juoda arbata</p> <p>Vaisius</p>	<p>Apkepti varškėčiai (tausojantis)</p> <p>Uogų tyrė</p> <p>Žolelių arbata</p> <p>Vaisius</p>	<p>Omletas (tausojantis)</p> <p>Natūralaus jogurto padažas</p> <p>Šviežių agurkų lazdelės (augalinis)</p> <p>Viso grūdo ruginė duona</p> <p>Vaisinė arbata, vaisius</p>