

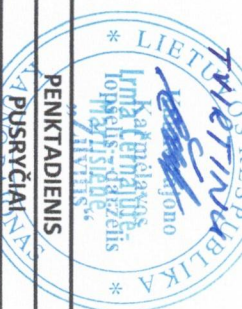
2 SAVAITĖ

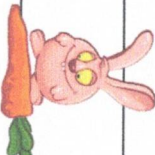


PIRMADIENIS		ANTRADIENIS		TREČIADIENIS		KETVIRTADIENIS		PENKTADIENIS	
PUSRYČIAI		PUSRYČIAI		PUSRYČIAI		PUSRYČIAI		PUSRYČIAI	
Pieniška miežinių kruopų košė (tausojančias)		Virtas kiaušinis (tausojančias)		Pieniška avižinių kruopų košė (tausojančias)		Vanilinis kukurūzų pudingas (tausojančias)		Pieniška ryžių košė (tausojančias)	
Sviestas 82%		Grietinės-majonezo padažas		Sviestas 82%		Sviestas 82%		Sviestas 82%	
Plėšomos sūrio lazdelės 40%		Konservuoti žirneliai		Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus		Trintos uogos		Trintos uogos	
Krynų arba pankolių arbata be cukraus		Duona		Vaisiai		Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus		Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus	
Vaisiai		Vaisinė arbata be cukraus				Vaisiai			
		Vaisiai							
PIETŪS		PIETŪS		PIETŪS		PIETŪS		PIETŪS	
Žirnių sriuba (tausojančias) (augalinis) (ankštinis), duona		Perlinių kruopų sriuba (tausojančias) (augalinis), duona		Bulvių sriuba su kvietinėmis kruopomis (augalinis)(tausojančias), duona		Burokėlių sriuba (tausojančias) (augalinis), duona		Lešų sriuba su bolivine balanda (ankštinis)(augalinis)(tausojančias)	
Bulvių plokštainis su vištiena(tausojantis)		Virti pilno grūdo makaronai (augalinis)(tausojančias)		Naminis kiaušienos kumpio kotletas (tausojančias)		Plovas su kalakutienu (kalakutienuos šiaunelių mėsa, pilkyti ryžiai) (tausojančias)		Jūrinių lydekų-laišos filė kotletai (tausojančias)	
Grietinės 30%-jogurto 10% padažas		Maltos kiaušienos-daržovių padažas (tausojančias)		Bulvių košė (tausojančias)		Šviežios arba konservuotos daržovės		Keptos bulvės (augalinis)(tausojančias)	
Šviežios arba konservuotos daržovės (3 rūšys)		Daržovių rinkinukas		Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su aliejais padažu(augalinis)		Stalo vanduo, paskanintas vaisiais		Burokėlių salotos su obuoliais (augalinis)	
Stalo vanduo, paskanintas vaisiais		Stalo vanduo, paskanintas vaisiais		Konservuoti kukurūzai		Vaisiai		Daržovių rinkinukas	
Vaisiai				Stalo vanduo, paskanintas vaisiais				Stalo vanduo, paskanintas vaisiais	
VAKARIENĖ		VAKARIENĖ		VAKARIENĖ		VAKARIENĖ		VAKARIENĖ	
Lietiniai (tausojančias)		Virti varškėčiai (tausojančias)		Mieliniai blynai		Varškės-ryžių apkepęs (tausojančias)		Pieniška(pienas 2,5%) makaronų sriuba (tausojančias)	
Uogų tyrė		Saldus grietinės 15% padažas		Trintos uogos		Trintų uogų ir bananų užpilas		Duona su sviestu ir fermentiniu sūriu	
Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus.		Krynų arba pankolių arbata be cukraus, vaisiai		Pienas 2,5%		Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus		Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus	

Tausojantis patiekalas – maistas, pagamintas maistines savybes tausojančių gamybos būdu: virtas vandeninyje ar garuose, troškintas, pagamintas konvekciniame krosnelėje, keptas įvyniojus popieriuje ar folijoje.

1 SAVAITĖ

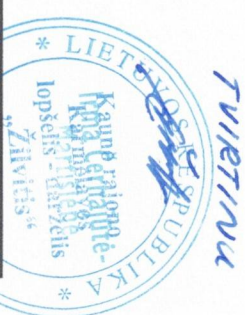


PIRMADIENIS		ANTRADIENIS		TREČIADIENIS		KETVIRTADIENIS		PENKTDADIENIS	
PUSRYČIAI		PUSRYČIAI		PUSRYČIAI		PUSRYČIAI		PUSRYČIAI	
Pieniška avižinių dribsnių košė (tausojantis)		Pieniška kvietinių kruopų košė (tausojantis)		Omletas (tausojantis)		Grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)		Pieniška manų kruopų košė su cinamonu (tausojantis)	
Sviestas 82%		Sviestas 82%		Batonas		Šalto spaudimo nerafinuotas aliejus		Sviestas 82%	
Trintos uogos		Plėšomos sūrio lazdelės 40%		Pomidorai		Pienas 2,5%		Vaisinė arbata be cukraus	
Varškės sūris 22%		Vaisiai		Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus		Vaisiai		Vaisiai	
Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus, vaisiai		Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus		Natūralus jogurtas su uogų tyrė, vaisiai					
PIETŪS		PIETŪS		PIETŪS		PIETŪS		PIETŪS	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)		Burokėlių su kopūstais sriuba (Ukrainietiški barščiai) (tausojantis) (augalinis)		Žirnių-perlinių kruopų sriuba (tausojantis)(augalinis) (ankštinis)		Vištiesos sultinys su makaronais (tausojantis)		Pupelių sriuba (tausojantis)(augalinis) (ankštinis)	
Duona		Duona		Duona		Vištiesos filė maltinukas (tausojantis)		Duona	
Troškinta triušiena (tausojantis)		Kiaulienos (kumpio) kukuliukai (tausojantis)		Virtų bulvių cepelinai su mėsa (kiaulienos kumpis) (tausojantis)		Perlinio kuskuso kruopų košė (tausojantis)(augalinis)		Kepa laišos filė (tausojantis)	
Bulvių košė (tausojantis)		Biri grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)		Grietinės 30%-natūralaus jogurto padažas		Konservuoti kukurūzai		Birūs pilkyti ryžiai (tausojantis)(augalinis)	
Burokėlių salotos (augalinis)		Šv. kopūstų salotos su šalto spaudimo aliejaus užpilu (augalinis)		Daržovių rinkinukas		Šviežios arba konservuotos daržovės (2 rūšys)		Šviežių daržovių salotos	
		Šviežios arba konservuotos daržovės		Stalo vanduo, paskanintas vaisiais				Šviežių daržovių salotos	
Daržovių rinkinukas (2 rūšys)		Stalo vanduo, paskanintas vaisiais		Stalo vanduo, paskanintas vaisiais		Stalo vanduo, paskanintas vaisiais		Daržovių rinkinukas	
Stalo vanduo, paskanintas vaisiais		Stalo vanduo, paskanintas vaisiais		Vaisiai		Vaisiai		Stalo vanduo, paskanintas vaisiais	
Vaisiai		Vaisiai		Vaisiai				Vaisiai	
VAKARIENĖ		VAKARIENĖ		VAKARIENĖ		VAKARIENĖ		VAKARIENĖ	
Kietagrūdžiai makaronai su grūdėta varške 7% (tausojantis)		Tradicioniai jogurtiniai blynėliai		Varškės 9% apkepas (tausojantis)		Keptos bulvės(tausojantis)		Pieniška (pienas 2.5%) miltinių kukuličių sriuba (tausojantis)	
Šaldytų braškių tyrė		Trintos uogos		Sulčių padažas		Agurkų salotos su graikišku jogurtu 10%		Duona su sviestu ir žalumynais	
Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus		Arbata		Vaisiai		Rūgpienis 2,5% arba kefyras 2.5% arba pienas 2.5%			

Tausojantis patiekalas – maistas, pagamintas maistinės savybės tausojančiu gamybos būdu: virtas vandenyje ar garuose, troškintas, pagamintas konvekciniėje krosnelėje, keptas įvynijus popieriuje ar folijoje.



3 SAVAITĖ



PIRMADIENIS		ANTRADIENIS		TREČIADIENIS		KETVIRTADIENIS		PENKTADIENIS	
PUSRYČIAI		PUSRYČIAI		PUSRYČIAI		PUSRYČIAI		PUSRYČIAI	
Pieniška ryžių dribsnių košė (tausojančiantis), Sviestas 82%		Perlinio kuskuso kruopų košė (tausojančiantis)(augalinis)		3-jų grūdų dribsnių košė (tausojančiantis) (augalinis)		Pusryčių košė (aviežiniai dribsniai, many kruopos) (tausojančiantis)		Pieniška sorų kruopų košė	
Trintos uogos		Sviesto-grietinės padažas		Trintos uogos		Sviestas 82%		Sviestas 82%	
Grūdėta varškė 7%		Pišomos sūrio lazdelės 40%		Pienas 2,5%		Trintos uogos		Trintos uogos	
Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus		Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus		Vaisiai		Pišomos sūrio lazdelės 40%		Pienas 2,5%	
Vaisiai		Vaisiai		Vaisiai		Vaisinė arbata be cukraus		Vaisiai	
PIETŪS		PIETŪS		PIETŪS		PIETŪS		PIETŪS	
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojančiantis)(augalinis)		Šaltibarščiai		Špinatų sriuba su kiaušiniiais (tausojančiantis)		Pupelių sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojančiantis)(ankštinis)		Ryžių-pomidorų sriuba (augalinis) (tausojančiantis)	
Duona		Grietinė 30%		Duona		Kepti vištienos kumpeliai (tausojančiantis)		Duona	
Troškinta paukštiena (vištienos šiauneilių mėsa be odos) su morkomis, svogūnais ir paprikomis (tausojančiantis)		Netikras zuikis (kiaulienos kumpis)(tausojančiantis)		Jautienos-kiaulienos maltinukas (tausojančiantis)		Birus pilkyri ryžiai (tausojančiantis) (augalinis)		Žuvies (jūros lydekos) kotletai (tausojančiantis)	
Makaronai (tausojančiantis)		Virštos bulvės (tausojančiantis)		Virštos bulvės (tausojančiantis) (augalinis)		Šviežių kopūstų, morkų, obuolių salotos su aliejaus padažu		Bolivinės balandos -grikių košė su daržovėmis (augalinis) (tausojančiantis)	
Šviežios arba konservuotos daržovės		Šviežios arba konservuotos daržovės		Viršty burkelių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis)		Šviežios arba konservuotos daržovės		Burkelių salotos su avinžirniais ir linų sėmenimis (augalinis)	
Stalo vanduo, paskanintas vaisiais		Stalo vanduo, paskanintas vaisiais		Šviežios arba konservuotos daržovės		Stalo vanduo, paskanintas vaisiais		Šviežios arba konservuotos daržovės	
Vaisiai		Vaisiai		Stalo vanduo, paskanintas vaisiais		Vaisiai		Stalo vanduo, paskanintas vaisiais	
VAKARIENĖ		VAKARIENĖ		VAKARIENĖ		VAKARIENĖ		VAKARIENĖ	
Viršty bulvių švilpiškai(tausojančiantis) (augalinis)		Biri grikių kruopų košė (tausojančiantis) (augalinis)		Sklindžiai		Makaronai su sūriu (tausojančiantis)		Trinta varškė 9% su bananais	
Grietinės 30%- griakiško jogurto padažas		Pieniškos dėšreles (tausojančiantis)		braškių-bananų užpilas		Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus		Pusrytinė bandelė	
Kefyras 2,5% arba pienas 2,5%		Pomidorai		Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus		Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus		Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus	
Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus		Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus		Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus		Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus		Arbatžolių ar žolelių arbata be cukraus	



Tausojantis patiekalas – maistas, pagamintas maistines savybes tausojančiu gamybos būdu: virštas vandeninyje ar garuose, troškintas, pagamintas konvekciniėje krosnelėje, keptas įvyniotus popieriniame ar folijoje.