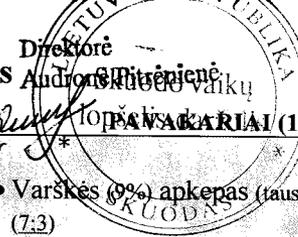


1...14- alergenai maisto patiekale
*Sezoniniai vaisiai kasdien (10 val.)

Skuodo vaikų lopšelis – darželis/ Pirmos savaitės valgiaraštis

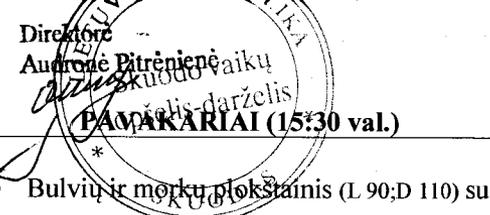


	PUSRYČIAI (8:30 val.)	PIETŪS (12 val.)	POPAMOKAVARIAI (15:30 val.)
PIRMADIENIS	<ul style="list-style-type: none"> • Viso grūdo avižinių dribsnių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir cinamonu (augalinis) (tausojantis) (L 90;D 100) (1) • Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82 %) ir fermentiniu (45 %) sūriu (L 28;D 40) (1;7) • *Sezoniniai vaisiai (L 60;D 60) • Kefyras (2,5%) (L 100;D 100) (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis) (tausojantis) (L 150;D 150) (1) • Viso grūdo ruginė duona (L 20;D 30) (1) • Graikiškas jogurtas (2%) (L 5;D 5) (7) • Kalakutienos šlaunelių mėsos ir daržovių (bulvės, morkos, žirneliai, kopūstai) troškiny (tausojantis) (L 120;D 140) (7) • Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejaus padažu (augalinis) (L 70;D 120) • Vanduo 	<ul style="list-style-type: none"> • Varskės (9%) apkepamas (tausojantis) (L 55;D 70) (7;3) • Nesaldintas jogurtas (2,5%) (L 15;D 15) (7) • Nesaldinta melisų arbata (L 150;D 250)
ANTRADIENIS	<ul style="list-style-type: none"> • Trijų grūdų dribsnių košė su sviestu (82%) (tausojantis) (L 150;D 200) (1;7) • Saldintas jogurtas (cukrų iki 10g/100g) (L 100;D 200) (7) • *Sezoniniai vaisiai (L 120;D 120) • Nesaldinta čiobrelių arbata (L 150;D 200) 	<ul style="list-style-type: none"> • Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis) (L 150;D 150) • Graikiškas jogurtas (2%) (L 5;D 5) (7) • Orkaitėje kepti kiaulienos kukuliai (tausojantis) (L 70;D 90) (1;3) • Žirnių košė su morkomis ir sviestu (82%) (tausojantis) (L 50;D 90) (7) • Gūžinių kopūstų salotos su porais, obuoliais ir ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (L 80;D 80) • Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos) (L 50;D 60) • Vanduo 	<ul style="list-style-type: none"> • Viso grūdo spelta miltų sklandžiai su obuoliais ir bananais (tausojantis) (L 70;D 90) (1;7;3) • Graikiškas jogurtas (2%) (L 10;D 15) (7) • Nesaldinta juodųjų serbentų arbata (L 150;D 200)
TREČIADIENIS	<ul style="list-style-type: none"> • Miežinių kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis) (L 150;D 200) (1;7) • Pienas (2,5 %) (L 150;D 150) (7) • *Sezoniniai vaisiai (L 60;D 100) 	<ul style="list-style-type: none"> • Daržovių ir viso grūdo makaronų sriuba (augalinis) (tausojantis) (L 150;D 150) (1) • Graikiškas jogurtas (2%) (L 5;D 5) (7) • Ryžių plovos su vištienos filė (tausojantis) (L 100;D 120) • Pekino kopūstų, obuolių ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (L 70;D 90) • Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos) (L 50;D 70) • Vanduo 	<ul style="list-style-type: none"> • Omletas su krapais (tausojantis) (L 45;D 60) (3) • Viso grūdo ruginė duona (L 15;D 20) (1) • Sviestas (82%) (L 4;D 4) (7) • Nesaldinta ramunėlių arbata (L 150;D 200)
KETVIRTADIENIS	<ul style="list-style-type: none"> • Sausi pusryčiai su pienu (2,5%) (augalinis) (L 150;D 200) (7) • *Sezoniniai vaisiai (L 160;D 160) • Nesaldinta mėtų arbata (L 150;D 200) 	<ul style="list-style-type: none"> • Raudonųjų lęšių sriuba su bulvėmis, morkomis ir salierais (augalinis) (tausojantis) (L 150; D 150) (9) • Kepta su garais liesa (menkė, lydeka) žuvis su provanso žolelėmis (tausojantis) (L 50;D 90) (4) • Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis) (L 70;D 70) (1) • Virtų burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais (augalinis) (L 60;D 90) • Vanduo 	<ul style="list-style-type: none"> • Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82 %) ir fermentiniu (45 %) sūriu (L 28;D 40) (1;7) • Traškios daržovės (pomidorai, agurkai, paprikos) (L 70;D 70) • Nesaldinta kmynų arbata (L 150;D 150)
PENKTADIENIS	<ul style="list-style-type: none"> • Tiršta manų košė su cinamonu ir sviestu (82%) (tausojantis) (L 140;D 250) (1;7) • Raugintų pasukų (0,3%) kokteilis su uogomis (L 100;D 100) (7) • *Sezoniniai vaisiai (L 90;D 90) 	<ul style="list-style-type: none"> • Pupelių sriuba su bulvėmis, morkomis ir cukinija (augalinis) (tausojantis) (L 150;D 150) • Viso grūdo ruginė duona (L 20;D 20) (1) • Troškinta jautiena su morkomis ir porais (tausojantis) (L 80;D 100) (7) • Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis) (L 50;D 75) • Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (augalinis) (L 70;D 70) • Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos) (L 50;D 50) • Vanduo 	<ul style="list-style-type: none"> • Virti viso grūdo makaronai su sviestu (82%) (augalinis) (tausojantis) (L 50;D 70) (1;7) • Kietasis fermentinis sūris (45%) (L 10;D 10)(7) • Nesaldinta erškėtrožių vaisių arbata (L 150;D 200)

1...14-alergei maisto patiekale

*Sezoniniai vaisiai kasdien (10val.)

Skuodo vaikų lopšelis – darželis/ Antros savaitės valgiaraštis



	PUSRYČIAI (8:30 val.)	PIETŪS (12 val.)	PAMOKARIAI (15:30 val.)
PIRMADIENIS	<ul style="list-style-type: none"> • Biri perlinių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis) (L 120;D 150) (1) • Kefyras (2,5%) (L 100;D 100) (7) • *Sezoniniai vaisiai (L 60;D 110) 	<ul style="list-style-type: none"> • Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis) (L 150;D 150) (9) • Graikiškas jogurtas (2%) (L 5;D 5) (7) • Viso grūdo ruginė duona (L 20;D 20) (1) • Orkaitėje kepti kiaušienos kumpinės kukuliai su avižų sėlenomis ir tarkuotu obuoliu (tausojantis) (L 50;D 70) (1;3) • Virti ryžiai su ciberžole (augalinis) (tausojantis) (L 60;D 90) (1) • Tarkuotos šviežios morkos su obuoliais ir citrinos sultimis(augalinis) (L 70;D 100) • Vanduo 	<ul style="list-style-type: none"> • Bulvių ir morkų plokštainis (L 90;D 110) su nesaldintu jogurtu 2,5 % (L 13;D 16) (1;3;7) • Nesaldinta kmynų arbata (L 150;D 200)
ANTRADIENIS	<ul style="list-style-type: none"> • Trijų grūdų košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis) (L 90;D 150) (1;7) • *Sezoniniai vaisiai (L 70;D 80) • Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir pomidoru (L 35;D 35) (1;7) • Nesaldinta čiobrelių arbata (L 150;D 200) 	<ul style="list-style-type: none"> • Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis) (L 150;D 150) • Troškinti vištienos kumpeliai su česnakais (tausojantis) (L 55;D 80) • Kepti su garais burokėliai su saulėgrąžomis (augalinis) (tausojantis) (L 70;D 70) (11) • Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis) (L 50;D 90) • Vanduo 	<ul style="list-style-type: none"> • Manų košė su pienu (2,5%), cinamonu ir sviestu (82%) (tausojantis) (L 120;D 130) (1;7) • Nesaldinta ramunėlių arbata (L 150;D 200)
TREČIADIENIS	<ul style="list-style-type: none"> • Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis) (L 50;D 70) • Nesaldinta čiobrelių arbata (L 150;D 200) • Bandelė su aguonomis (L 40;D 40) 	<ul style="list-style-type: none"> • Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis (augalinis) (tausojantis) (L 150;D 150) • Viso grūdo ruginė duona (L 20;D 20) (1) • Kiaulienos ir morkų troškiny su porais (tausojantis) (L 90;D 120) (7) • Raugintų/šviežių kopūstų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (L 70;D 120) • Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos) (L 50;D 60) • Vanduo 	<ul style="list-style-type: none"> • Bulvių košė (2,5 %) su sviesto (82%) ir grietinėlės padažu (L 100;D 120) (1;7) • Nesaldinta juodųjų serbentų arbata (L 150;D 200)
KETVIRTADIENIS	<ul style="list-style-type: none"> • Viso grūdo avižų kruopų košė su sviestu (82%) (tausojantis) (L 150;D 150) (1;7) • Kepti orkaitėje sumuštiniai su varške (9%) ir obuoliais (L 50;D 50) (1;7) • Nesaldinta metų arbata (L 150;D 200) • *Sezoniniai vaisiai (L 80;D 100) 	<ul style="list-style-type: none"> • Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis) (L 150;D 150) (1) • Kepta su garais riebi (lašiša, skumbė, šamas) žuvis su provanso žolelėmis (tausojantis) (L 50;D 70) (4) • Virti ryžiai su ciberžole (augalinis) (tausojantis) (L 60;D 90) (1) • Šviežių kopūstų, morkų ir obuolių salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (L 50;D 90) • Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos) (L 50;D 50) • Vanduo 	<ul style="list-style-type: none"> • Orkaitėje apkepti lietiniai blynai su varškės (9%) įdaru (L 35/25;D 50/30) (1;3;7) • Nesaldinta melisų arbata (L 150;D 200)
PENKTADIENIS	<ul style="list-style-type: none"> • Penkių grūdų dribsnių košė su pienu (2,5%) ir sviestu (82%) (tausojantis) (L 150;D 200) (1;7) • Saldintas jogurtas (cukrus iki 10g/ 100g) (L 100;D 100) (7) • *Sezoniniai vaisiai (L 70;D 110) • Nesaldinta juodoji arbata (L 150;D 200) 	<ul style="list-style-type: none"> • Trinta daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis) (L 150;D 150) • Graikiškas jogurtas (2%) (L 5;D 5) (7) • Viso grūdo ruginė duona (L 20;D 20) (1) • Kepti su garais kalakutienos krūtinėlės kukuliai (tausojantis) (L 60;D 80) (3) • Orkaitėje keptos bulvės su kario prieskoniais (augalinis)(tausojantis)(L 70;D 100) • Virtų burokėlių salotos su šviežiais obuoliais ir aliejaus padažu (augalinis)(L 70;D 70) • Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos) (L 50;D 60) • Vanduo 	<ul style="list-style-type: none"> • Pieniška (2,5%) perlinių kruopų sriuba su sviestu (82%) (tausojantis) (L 120;D 150) (1;7) • Nesaldinta ramunėlių arbata(L 150;D 200) • Viso grūdo ruginė duona (L 20;D 20) (1)

1...14- alergenai maisto patiekale

	PUSRYČIAI (8:30 val.)	PIETŪS (12 val.)	PĀVAKARIJAI (15:30 val.)
PIRMADIENIS	<ul style="list-style-type: none"> Grikių kruopų košė su pienu (2,5 %) ir sviestu (82 %) (tausojantis) (L 150;D 200) (7) Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82%) ir pomidoru (L 35;D 35) (7) Vaisių sultys (L 100;D 130) 	<ul style="list-style-type: none"> Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis) (L 150;D 150) Viso grūdo ruginė duona (L 20;D 20) (1) Varškės (9%) ir bananų apkepas su ciberžole ir cinamonu (tausojantis) (L 110;D 180) (3;7) Graikiškas jogurtas (2%) (L 20;D 20) (7) Šaldytos uogos (avietės, braškės, juodieji serbentai) (L 15;D 15) Traškios morkytės (L 80;D 80) Vanduo 	<ul style="list-style-type: none"> Pieniška (2,5%) viso grūdo makaronų sriuba su sviestu (82%) (tausojantis) (L 120;D 150) (1;7) Viso grūdo ruginė duona (2%) (L 15;D 20) (1) Nesaldinta melisų arbata (L 150;D 200)
ANTRADIENIS	<ul style="list-style-type: none"> Viso grūdo avižinių dribsnių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi ir cinamonu (augalinis) (tausojantis) (L 150;D 200) (1) Raugintų pasukų (0,3%) kokteilis su uogomis (L 140;D 150) (7) *Sezoniniai vaisiai (L 60;D 60) 	<ul style="list-style-type: none"> Tiršta burokėlių ir pupelių sriuba su bulvėmis, kopūstais ir morkomis (augalinis) (tausojantis) (L 150;D 150) Viso grūdo ruginė duona (L 20;D 20) (1) Kalakutienos kukulis su morkomis (tausojantis) (L 70;D 70) (3) Troškintos morkos su ryžiais (augalinis) (tausojantis) (L 70;D 90) (1) Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos) (L 60;D 90) Kopūstų, pomidorų ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (L 70;D 90) Vanduo 	<ul style="list-style-type: none"> Virti varškėčiai (varškė 9 %) su viso grūdo miltais (tausojantis) (L 60;D 70) (1;3;7) Graikiškas jogurtas (2%) (L 5;D 15) (7) Nesaldinta kmynų arbata (L 150;D 200)
TREČIADIENIS	<ul style="list-style-type: none"> Virti viso grūdo makaronai su sviestu (82%) (tausojantis) (L 80;D 100) (1;7) Kietasis fermentinis sūris (45%) (L 15;D 15) (7) *Sezoniniai vaisiai (L 160;D 160) Nesaldinta metų arbata (L 150;D 200) 	<ul style="list-style-type: none"> Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis) (L 150;D 150) Viso grūdo ruginė duona (L 20;D 20) (1) Keptas su garais netikras kiaulienos kumpinės zuikis (tausojantis) (L 60;D 80) (3) Virti burokėliai su svogūnais (augalinis) (tausojantis) (L 50;D 90) Baltųjų ridikų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (L;D 70) Vanduo 	<ul style="list-style-type: none"> Viso grūdo kvietinių miltų blynai su obuoliais (L 55;D 70) (1;3;7) Graikiškas jogurtas (2%) (L 10;D 10) (7) Nesaldinta melisų arbata (L 150;D 200)
KETVIRTADIENIS	<ul style="list-style-type: none"> Viso grūdo avižų kruopų košė su obuoliu, cinamonu ir sviestu (82%) (tausojantis) (L 100;D 150) (1;7) Viso grūdo ruginė duona su sviestu (82 %) ir fermentiniu (45 %) sūriu (L 40;D 40) (1;7) *Sezoniniai vaisiai (L 100;D 100) Nesaldinta čiobrelių arbata (L 150;D 200) 	<ul style="list-style-type: none"> Tiršta agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (augalinis) (tausojantis) (L 150;D 150) (1) Kepti su garais žuvies (jūros lydeka) maltiniai (tausojantis) (L 70;D 70) (3) Bulvių košė su sviestu (82 %) (tausojantis) (L 50;D 90) (7) Pekino kopūstų, porų ir pomidorų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (L 70;D 90) Sezoninės daržovės (rauginti/švieži agurkai, pomidorai, paprikos, cukinijos, morkos) (L 60;D 60) Vanduo 	<ul style="list-style-type: none"> Omletas su pomidorais (tausojantis) (L 70;D 90) (3) Viso grūdo ruginė duona (L 20;D 20) (1) Nesaldinta juodųjų serbentų arbata (L 150;D 200)
PENKTADIENIS	<ul style="list-style-type: none"> Pieniška ryžių košė su sviestu (82%) ir braškių uogiene (tausojantis) (L 150;D 220) (1;7) *Sezoniniai vaisiai (L 90;D 90) Nesaldinta melisų arbata (L 150;D 200) 	<ul style="list-style-type: none"> Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis)(tausojantis) (L;D 150) Viso grūdo ruginė duona (L 20;D 20) (1) Vištienos kumpelių guliašas su morkomis pomidorų tyrėje (tausojantis) (L 80;D 120) Biri grikių košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis) (L 50;D 75) Pekino kopūstų, obuolių, ir agurkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis) (L 70;D 90) Vanduo 	<ul style="list-style-type: none"> Kepti orkaitėje sumuštiniai su fermentiniu sūriu (45%) (L 40;D 50) (7) Nesaldinta ramunėlių arbata (L 150;D 200)