|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pirmadienis** | **S** | **Antradienis** | **S** | **Trečiadienis** | **S** | **Ketvirtadienis** | **S** | **Penktadienis** | **S** |
| **Pusryčiai**  Miežinė kruopų košė su sviestu. Duona su sviestu ir virta dešra. Arbata. |  | **Pusryčiai**  Virti makaronai su fermentiniu sūriu. Vaisius. Arbata. |  | **Pusryčiai**  Ryžių kruopų košė su sviestu. Sausainiai. Arbata. |  | **Pusryčiai**  Perlinių kruopų košė su sviestu. Duona su tepamu sūriu. Arbata. |  | **Pusryčiai**  Sausi pusryčiai su geriamuoju jogurtu. Arbatiniai sausainiai. Arbata. |  |
| **Pietūs**  Pieniška daržovių sriuba su kopūstais. Kepti varškės piršteliai. Baltas padažas. Vanduo su citrina. |  | **Pietūs**  Žirnių sriuba su grietine. Duona. Mėsos daržovių troškinys. Agurkų-pomidorų salotos. Sulčių gėrimas. |  | **Pietūs**  Rūgštynių sriuba su grietine. Duona. Žuvies maltinis. Rausvas padažas. Bulvių košė. Burokėlių salotos su ž. žirneliais. Sultys. |  | **Pietūs**  Ryžių sriuba su grietine. Duona. Kiaulienos guliašas. Bulvės. Šv. agurkas. Sultys. |  | **Pietūs**  Šv. kopūstų sriuba su bulvėmis ir grietine. Duona. Virtų bulvių cepelinai. Sviesto ir grietinės padažas. Sultys. |  |
| **Vakarienė**  Kiaulienos kotletas su makaronais..Marinuotas agurkas. Vaisius. Arbata. |  | **Vakarienė**  Lietiniai blynai su uogiene .Šaldytų uogų kompotas. |  | **Vakarienė**  Varškės pudingas. Saldus grietinės padažas. Arbata. |  | **Vakarienė**  Virti varškėtukai su baltu padažu. Arbata. Vaisius. |  | **Vakarienė**  Pieniška makaronų sriuba. Batonas su sviestu ir virta dešra. Arbata. Vaisius. |  |

Panevėžio lopšelis-darželis ,,Taika“

Pirmos savaitės valgiaraštis

Panevėžio lopšelis-darželis ,,Taika“

Antros savaitės valgiaraštis

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pirmadienis** | **S** | **Antradienis** | **S** | **Trečiadienis** | **S** | **Ketvirtadienis** | **S** | **Penktadienis** |
| **Pusryčiai**  Manų kruopų košė su uogiene. Bandelė. Arbata. |  | **Pusryčiai**  Avižinių dribsnių košė su sviestu. Varškės sūrelis. Arbata. Vaisius. |  | **Pusryčiai**  Varškės spygliukai su grietine. Arbata. |  | **Pusryčiai**  Varškės apkepas su uogiene. Arbata.. Traputis. |  | **Pusryčiai**  Kukurūzų kruopų košė su sviestu. Batonas su sviestu ir fermentiniu sūriu. Arbata. |
| **Pietūs**  Bulvių sriuba su mėsos kukuliais. Kepti varškėčiai su grietine. Sultys. |  | **Pietūs**  Burokėlių sriuba su grietine. Duona. Paukštienos kukulis. Agurkų-pomidorų salotos. Perlinių kruopų košė. Vanduo su citrina. |  | **Pietūs**  Agurkinė sriuba su grietine. Duona. Vištienos kotletas. Ryžių košė. Kopūstų salotos su aliejumi. Sultys. |  | **Pietūs**  Pupelių sriuba su grietine. Duona. Netikras zuikis. Virtos bulvės. Pomidorai su grietine. Obuolių ir razinų kompotas. |  | **Pietūs**  Ryžių kruopų sriuba su pomidorais ir grietine. Duona. Žuvies maltinis. Burokėlių salotos. Virtos bulvės. Sultys. |
| **Vakarienė**  Žemaičių blynai su sviesto ir grietinės padažu. Arbata. Vaisius. |  | **Vakarienė**  Dešrelės. Virti makaronai. Šviežias agurkas. Pomidorų padažas. Arbata. |  | **Vakarienė**  Morkų, avižinių dribsnių ir varškės blynai su uogiene. Arbata. Vaisius. |  | **Vakarienė**  5-ių grūdų kruopų košė su sviestu.. Pienas. Vaisius. |  | **Vakarienė**  Apkeltos bulvės su su grietinės padažu. Marinuotas agurkas. Kefyras. Vaisius. |

Panevėžio lopšelis-darželis ,,Taika“

Trečios savaitės valgiaraštis

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pirmadienis** | **S** | **Antradienis** | **S** | **Trečiadienis** | **S** | **Ketvirtadienis** | **S** | **Penktadienis** |
| **Pusryčiai**  Tiršta perlinių kruopų košė su sviestu. Arbatiniai sausainiai. Arbata. |  | **Pusryčiai**  Avižinių dribsnių košė su bananais. Sausainiai. Arbata. |  | **Pusryčiai**  Virtas kiaušinis. Batonas su sviestu. Arbata. Vaisus. |  | **Pusryčiai**  Užkepti sumuštiniai su dešrelėmis ir fermentiniu sūriu. Arbata. |  | **Pusryčiai**  Sausi pusryčiai su pienu. Traputis. Arbata. |
| **Pietūs**  Ryžių pieniška sriuba. Virti varškėtukai. Sviesto ir grietinės padažas. Obuolių kompotas. |  | **Pietūs**  Bulvių sriuba su kukulaičiais. Duona. Vištienos troškinys. Virti ryžiai.. Pomidorai. Sultys. |  | **Pietūs**  Šv. kopūstų sriuba su bulvėmis ir grietine. Duona Jautienos kukulis. Sviesto ir grietinės padažas. Perlinių kr. košė. Pekino kopūstų salotos. Vanduo su citrina. |  | **Pietūs**  Barščių sriuba su pupelėmis ir grietine. Duona. Biržų kotletas. Virtos bulvės. Kopūstų salotos su porais. Sviesto ir grietinės padažas. Sultys. |  | **Pietūs**  Perlinių kruopų sriuba su grietine. Duona. Pukučio maltinis. Sviesto ir grietinės padažas. Bulvių košė. Pomidorai su grietine. Sultys. |
| **Vakarienė**  Daržovių troškinys su su dešrelėmis. Arbata. Vaisius. |  | **Vakarienė**  Virtų bulvių apkepas. Sviesto ir grietinės padažas. Kefyras. Vaisius. |  | **Vakarienė**  Ryžių kr. košė su uogiene. Batonas su tepamu sūriu. Arbata. |  | **Vakarienė**  Lietinai blynai su bananais. Vaisius. Arbata. |  | **Vakarienė**  Grūdėta varškytė su uogomis. Batonas su sviestu. Kakava. |