1 SAVAITĖ				
PUSRYČIAI	**PUSRYČIAI**	**PUSRYČIAI**	**PUSRYČIAI**	**PUSRYČIAI**
Pieniška trijų grūdų (avižų, kviečių, miežių) dribsnių košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis) [1][7] 150/4, 200/5g Liofilizuotos uogos 20/30g Vaisiai/ uogos 120/150g Vaisiai/ uogos 70/100g Nesaldinta arbata 150/200g	Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu (82% rieb.) (tausojantis)[1][7] 150/5, 200/7g Sūrio lazdelės (40% rieb.) [7] 20/40g Vaisiai/ uogos 120/150g Nesaldinta arbata 150/200g	Penkių grūdų (avižų, grikių, kviečių, miežių, rugių) košė, paskaninta alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis) [1][7]150/150g Neglaistytas varškės sūrelis (iki 9% rieb.) [7] 50/100g Vaisiai/ uogos 120/150g Nesaldinta arbata 150/200g	Virtas kiaušinis (tausojantis) [3] 54/108g, Duona [1] 20/30g Konservuoti žirneliai 40/45g Agurkai (sezoniniai) 30/30g Sūrio lazdelės (40% rieb.) [7] 20/20g Vaisiai/ uogos 95/110g Nesaldinta arbata 150/200g	Pieniška manų košė su cinamonu (tausojantis) [1][7] 150/1, 200/1g Trintos uogos 15/20g Vaisiai/ uogos 110/140g Nesaldinta arbata 150/200g
PIETŪS	**PIETŪS**	**PIETŪS**	**PIETŪS**	**PIETŪS**
Žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojantis) 100/150g Perlinių kruopų plovas su kiaulienos kumpiu (tausojantis) [1] 135/45, 150/50g Kopūstų salotos su morkomis (sezoninės) 40/50g 3 daržovių rinkinukas 90/110g Vanduo 150/200g	Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis) [1] 100/150g Duona [1] 30/30g Vištienos šlaunelių/kumpelių mėsos maltinukas (tausojantis) [1][3] 65/80g Bulvių košė (tausojantis) [7] 70/80g 3 daržovių rinkinukas 80/100g Paprikų lazdelės 30/40g Vanduo su vaisiais/uogomis 150/200g	Trinta moliūgų ir bulvių sriuba su lydytu sūreliu (23% rieb.) (tausojantis [7] 100/5, 150/7g Lašišos filė kepsneliai (tausojantis) [4][7] 70/80g Virti plikyti ryžiai paskaninti gabalėliu sviestu (82% rieb.) (tausojantis) [7] 67/3, 76/4 Burokėlių salotos 70/80 2 daržovių rinkinukas 40/50 Vanduo su vaisiais/uogomis 150/200g	Burokėlių sriuba su kopūstais ir pupelėmis (augalinis) (tausojantis) 100/150g Virtų bulvių blynai su kiaulienos ir jautienos kumpiu (tausojantis) [3] 120/140, 150/50g Grietinė (30% rieb.) [7] 20/25g 2 daržovių rinkinukas 50/62g Agurkai (sezoniniai) 40/50g Vanduo su vaisiais/uogomis 150/200g	Lęšių ir bolivinės balandos kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis) 100/150g Duona [1] 20/25g Kapotos vištienos filė kepsneliai [1] [3][7] 65/80g Bulvių košė (tausojantis) [7] 70/80g Morkų salotos su česn. 40/50g R. kopūstų salotos su spanguolėmis 40/50g Vanduo su vaisiais/uogomis 150/200g
VAKARIENĖ	**VAKARIENĖ**	**VAKARIENĖ**	**VAKARIENĖ**	**VAKARIENĖ**
Blynai su obuoliais [1][3][7] 110/140g Natūralaus jogurto (0,2% rieb.) padažas su trintomis uogomis 30/50g Nesaldinta arbata 150/200g	Virti varškėčiai (9% rieb.) (tausojantis) [1][3][7] 120/150g Grietinė (30% rieb.) [7] 15/20g Nesaldinta arbata 150/200g	Brinkintų grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis)(tausojantis) 150/200g Agurkai (sezoniniai) 40/50g Glotnutis su vaisiais ir uogomis (augalinis) 130/150g	Virti makaronai su smulkinta vištienos file (tausojantis) [1][7] 110/50, 130/60g Agurkai (sezoniniai) 30/30g Plaktas kefyro (2,5% rieb.) kokteilis su vaisiais ir uogomis [7] 100/130g	Lietiniai blyneliai [1][3][7] 80/100g Padažas su varške (9% rieb.) ir jogurtu (3% rieb.) [7] 40/60g Trintos uogos 15/20g Kakava su pienu (2,5% rieb.) [7] 100/150g

[1] - Glitimo turintys produktai/patiekalai; [3] - Kiaušinių turintys produktai/patiekalai; [4] - Žuvys ir jų produktai; [7] - Laktozės turintys produktai ir patiekalai

*Per savaitę bus dalinami lietuviški obuoliai ir/arba obuolių sultys, ekologiškos morkos bei pienas ir jo produktai (finansuojami pagal „VšĮ Kaimo verslo ir rinkų plėtros agentūros programą)

*Valgiaraštyje nurodyti ir faktiškai patiekiami maisto produktai ar patiekalai gali skirtis, jei atliekami nereikšmingi vienkartiniai keitimai: vienas maisto produktas ar patiekalas pakeičiamas tos pačios maisto produktų grupės kitu maisto produktu ar patiekalu, kai maistinė vertė nepablogėja, o energinė vertė pasikeičia ne daugiau kaip dešimt procentų

*Dėl Maisto saugos ar valgiaraščių sudarymo ir/ar sudėties klausimų, galima kreiptis nurodytais kontaktais: maitinimo organizavimo specialistė Ilona Černiauskienė: tel. 8 617 78988, el. paštu: ilona.cerniauskiene@kaunovsb.lt; Valstybinė maisto ir veterinarijos tarnyba, trumpuoju telefono numeriu 1879

Kauno vaikų lopšelis - darželis „Varelis"

Direktorė
Irena Gabševičienė

2 SAVAITĖ				
PUSRYČIAI	**PUSRYČIAI**	**PUSRYČIAI**	**PUSRYČIAI**	**PUSRYČIAI**
Kvietinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) [1] 150/200g Vaisių tyrė 30/50g Sūrio lazdelės (40% rieb) [7] 20/20 Liofilizuotos uogos15/20g Vaisiai/ uogos 100/150g Nesaldinta arbata 150/200g	Pieniška kuskuso kruopų košė pagardinta sviestu (82% rieb.) (tausojantis) [1][7] 150/5, 200/4 Neglaistytas varškės sūrelis (iki 9% rieb.) [7] 70/100g Vaisiai/uogos 120/140g Nesaldinta arbata 150/200g	Omletas su fermentiniu sūriu (45% rieb.) (tausojantis) [1][3][7] 100/110g Duona [1] 20/30g 2 daržovių rinkinukas 40/60g Vaisiai/uogos 120/150g Nesaldinta arbata 150/200g	Pieniška trijų grūdų (avižų, kviečių, miežių) dribsnių košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis) [1][7] 150/4, 200/5g Natūralus jogurtas (iki 3 proc rieb.) [7] 125/125g Vaisiai/uogos 80/134g Nesaldinta arbata 150/200g	Pieniška kukurūzų kruopų košė su sviestu (82%. rieb) ir trintomis uogomis (tausojantis) [7] 145/5/7, 195/5/10g Sūrio lazdelės (40% rieb) [7] 20/40g Vaisiai/uogos 110/150g Nesaldinta arbata 150/200g
PIETŪS	**PIETŪS**	**PIETŪS**	**PIETŪS**	**PIETŪS**
Perlinių kruopų sriuba su vištienos kumpelių mėsos kukuliais (tausojantis) [1][3] 100/16,150/23g Duona [1] 20/30g Grietinė (30% rieb.) [7] 5/5g Plikytų ryžių plovas su vištienos šlaunelių/ kumpelių mėsa (tausojantis) 95/45, 110/50g, 3 daržovių rinkinukas 90/110g Vanduo su vaisiais/uogomis 150/200g	Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis) 100/150g Kiaulienos ir jautienos kumpio maltinis su fermentiniu sūriu (45% rieb.) ir sėlenomis (tausojantis) [1][3][7] 80/90g Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis) 80/100g R. kopūstų salotos su obuoliais 40/50g, 2 daržovių rinkinukas 40/50g Vanduo su vaisiais/uogomis 150/200g Liofilizuotos uogos15/15g	Kopūstų sriuba su bulvėmis ir lęšiais (augalinis) (tausojantis) 100/150g Duona [1] 20/30g Orkaitėje kepti jūros lydekos ir lašišos filė kotletai (tausojantis) [1][3][7] 40/30, 45/35g Grikių kruopų garnyras, pagardintas gabalėliu sviesto (82% rieb.) (tausojantis) [7] 50/1, 70/1g Kopūstų salotos 65/80g Agurkai (sezoniniai) 40/50g Vanduo su vaisiais/uogomis 150/200g	Trinta žiedinių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis) [1] 100/150g Skrebučiai [1] 10/10g Kiaulienos sprandinės kukuliai (tausojantis) [1][3][7] 65/75g Bulvių košė (tausojantis) [7] 70/70g Burokėlių salotos 70/80g Pomidorų skiltelės 20/40g Vanduo su vaisiais/ uogomis 150/200g	Pupelių sriuba (tausojantis) 100/150g Duona [1] 20/30g Grietinė (30% rieb.) [7] 5/5g Kapotos vištienos filė kepsneliai [1][3][7] 65/80g Virti makaronai (tausojantis) [1] [7] 50/60g 3 daržovių rinkinukas 90/110g Vanduo su vaisiais/ uogomis 150/200g
VAKARIENĖ	**VAKARIENĖ**	**VAKARIENĖ**	**VAKARIENĖ**	**VAKARIENĖ**
Varškės (9% rieb.) apkepas (tausojantis) [1][3][7] 110/150g Trinti vaisiai ir uogos 30/40g Nesaldinta arbata 150/200g	Obuolių pudingas (tausojantis) [1][3][7] 120/140g Glotnutis su vaisiais ir uogomis (augalinis) 130/150g Vaisiai/uogos 120/140g	Virti makaronai su grūdėta varške (7% rieb.) (tausojantis) [1][7] 65/25, 90/30g Bandelė [1] 50/50g Nesaldinta arbata 150/200g	Morkų blyneliai [1][3][7] 100/130g Trintos uogos 30/40g Nesaldinta arbata 150/200g	Virtų bulvių ir varškės (9% rieb.) kukuliai (tausojantis [3][7] 73/47, 91/59g Grietinė (30% rieb.) [7] 20/20g Liofilizuotos uogos 15/20g Kakava su pienu (2,5 proc. rieb.) [7] 100/150g

[1] - Glitimo turintys produktai/patiekalai; [3] - Kiaušinių turintys produktai/patiekalai; [4] - Žuvys ir jų produktai; [7] - Laktozės turintys produktai ir patiekalai

*Per savaitę bus dalinami lietuviški obuoliai ir/arba obuolių sultys, ekologiškos morkos bei pienas ir jo produktai (finansuojami pagal „VšĮ Kaimo verslo ir rinkų plėtros agentūros" programą)

*Valgiaraštyje nurodyti ir faktiškai patiekiami maisto produktai ar patiekalai gali skirtis, jei atliekami nereikšmingi vienkartiniai keitimai: vienas maisto produktas ar patiekalas pakeičiamas tos pačios maisto produktų grupės kitu maisto produktu ar patiekalu, kai maistinė vertė nepablogėja, o energinė vertė pasikeičia ne daugiau kaip dešimt procentų

*Dėl Maisto saugos ar valgiaraščių sudarymo ir/ar sudėties klausimų, galima kreiptis nurodytais kontaktais: maitinimo organizavimo specialistė Ilona Černiauskienė: tel. 8 617 78988, el. paštu: ilona.cerniauskiene@kaunovsb.lt; Valstybinė maisto ir veterinarijos tarnyba, trumpuoju telefono numeriu 1879

LIETUVOS RESPUBLIKA Kauno lopšelis – darželis „Dvarelis" KAUNAS

Direktorė Irena Gabševičienė

3 SAVAITĖ				
PUSRYČIAI	**PUSRYČIAI**	**PUSRYČIAI**	**PUSRYČIAI**	**PUSRYČIAI**
Grikių kruopų košė (augalinis) (tausojantis) 150/200g Agurkai (sezoniniai) 30/40g Vaisiai/uogos 120/150g Vaisiai/uogos 80/100g Plaktas pieno (2,5% rieb) kokteilis su vaisiais ir uogomis (tausojantis) [7] 100/130g	Varškės desertas su grietine (30% rieb) ir grietinėle (35% rieb) [7] 100/125g Skrebučiai [1] 20/20g Vaisiai/uogos 90g **(D)** Nesaldinta arbata 150/200g	Omletas (tausojantis) [1][3][7] 100/120g Duona [1] 20/30g Agurkai (sezoniniai) 30/40g Vaisiai/uogos 110/140g Nesaldinta arbata 150/200g	Pieniška manų kruopų košė (tausojantis) [1][7] 150/150g Trinti vaisiai ir uogos 30/40g Grūdėta varškė (7% rieb) [7] 50/100 Nesaldinta arbata 150/200g	Pieniška avižinių dribsnių košė su sviestu (82% rieb) ir bananais (tausojantis) [7] 150/5/15, 200/7/20g Vaisiai/uogos 130/200g Nesaldinta arbata 150/200g
PIETŪS	**PIETŪS**	**PIETŪS**	**PIETŪS**	**PIETŪS**
Trinta šaldytų daržovių sriuba su šparaginėmis pupelėmis (augalinis) (tausojantis) [1] 100/150g, Duona [1] 20/30g Grietinė (30% rieb.) [7] 5/5g Orkaitėje kepti vištienos kumpeliai (tausojantis) 75/90g Virti ryžiai su sviestu (82% rieb) (tausojantis) [7] 67/3,76/4g Burokėlių salotos 70/80g Paprikų lazdelės 30/50g Vanduo su vaisiais/uogomis 150/200g	Raugintų kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis) 100/150g Kiaulienos sprandinės ir jautienos kumpio maltinukas su kopūstais (tausojantis) [3] 75/90g Duona [1] 20/40g Morkų, svogūnų ir česnakų padažas su ciberžole (augalinis) 30/40g, Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis) 70/100g 3 daržovių rinkinukas 90/110g Vaisiai/uogos 70g **(L)** Vanduo su vaisiais/uogomis 150/200g	Perlinių kruopų ir žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis) [1] 100/150g Duona [1] 20/30g Orkaitėje kepti j. lydekos filė kotletai su sėlenomis (tausojantis) [1][3][4]80/100g Bulvių košė (tausojantis) [7] 70/80g Šviežių daržovių (agurkų, paprikų, svogūnų) salotos su aliejumi 50/60g Pomidorų skiltelės 30/40g Vanduo su vaisiais/uogomis 150/200g	Daržovių (bulvių, kopūstų, morkų, paprikų, cukinijų, šaldytų šparaginių pupelių) sriuba (augalinis) (tausojantis) 100/150g Bulvių plokštainis su kiaulienos kumpiu [3][7] 140/35, 175/45g Grietinė (30% rieb.) [7] 20/30g Paprikų lazdelės 50/85g Morkų lazdelės 50/40g Vaisiai/uogos 120/110g Vanduo su vaisiais/uogomis 150/200g	Pomidorinė sriuba su ilgagrūdžiais ryžiais (augalinis) (tausojantis) 100/150g Duona [1] 20/30g Vištienos filė maltinukas (tausojantis) [1][3] 65/80g Bulvių, morkų, svogūnų košė (tausojantis) [7] 70/80g Morkų ir obuolių salotos 65/75g Agurkai (sezoniniai) 40/50g Vanduo su vaisiais/uogomis 150/200g
VAKARIENĖ	**VAKARIENĖ**	**VAKARIENĖ**	**VAKARIENĖ**	**VAKARIENĖ**
Orkaitėje kepti varškėčiai (9 % rieb.)su kukurūzų miltais (tausojantis) [3][7] 120/150g Trintos uogos 30/40g Nesaldinta arbata 150/200g	Mieliniai blynai [1][3][7] 120/140g Natūralaus jogurto (0,2% rieb.) padažas su trintomis uogomis [7] 20/40g Glotnutis su vaisiais ir uogomis (augalinis) 120/150g	Virtos dešrelės [1][7] 60/60g Pom. padažas 5/10g Duona su sviestu (82 proc. rieb) [1][7] 25/35g Agurkai (sezoniniai) 40/50g Natūralus jogurtas (3% rieb) [7] 125/125g Nesaldinta arbata 150/200g	Virti varškėčiai (9 % rieb.) (tausojantis) [1][3][7] 120/150g Grietinė (30% rieb.) [7] 20/20g Nesaldinta arbata 150/200g	Pieniška viso grūdo makaronų sriuba (tausojantis) [1][7] 150/200g Užkepti sumuštiniai su fermentiniu sūriu (45% rieb) (tausojantis) [1][7] 35/45g Vaisiai/uogos 120/100g Nesaldinta arbata 150/200g

[1] - Glitimo turintys produktai/patiekalai; [3] - Kiaušinių turintys produktai/patiekalai; [4] - Žuvys ir jų produktai; [7] - Laktozės turintys produktai ir patiekalai

*Per savaitę bus dalinami lietuviški obuoliai ir/arba obuolių sultys, ekologiškos morkos bei pienas ir jo produktai (finansuojami pagal „Vš] Kaimo verslo ir rinkų plėtros agentūros" programą)

*Valgiaraštyje nurodyti ir faktiškai patiekiami maisto produktai ar patiekalai gali skirtis, jei atliekami nereikšmingi vienkartiniai keitimai: vienas maisto produktas ar patiekalas pakeičiamas tos pačios maisto produktų grupės kitu maisto produktu ar patiekalu, kai maistinė vertė nepablogėja, o energinė vertė pasikeičia ne daugiau kaip dešimt procentų

*Dėl Maisto saugos ar valgiaraščių sudarymo ir/ar sudėties klausimų, galima kreiptis nurodytais kontaktais: maitinimo organizavimo specialistė Ilona Černiauskienė: tel. 8 617 78988, el. paštu: ilona.cerniauskiene@kaunovsb.lt; Valstybinė maisto ir veterinarijos tarnyba, trumpuoju telefono numeriu 1879

LIETUVOS RESPUBLIKA Kauno lopšelis – darželis „Dvarelis" KAUNAS

Direktorė Irena Gabševičienė