|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **10,8-12d.** | **PRIEŠPIEČIAI**  | **PIETŪS**  | **PAVAKARIAI**  |
| **PIRMADIENIS** | Omletas su pomidoraisVaisiai, daržovėsArbata | Šv, kopūstų sriubaDuona, batonasNatūrali kiaulienaVarškėtukaiJautienos troškinysKiaulienos srazaiŽuvisDaržovės garuoseŠviežios daržovėsMakaronaiGrikiai | Grikių apkepas su varškeVaisiai, PienasVaisiaiArbataBandelė |
| **ANTRADIENIS** | Ryžių košė su pienuVaisiai, daržovėsVarškė su vaisiaisPienasArbata | Pupelių daržovių sriubaDuona, batonasKiaulienos kepsnysBlynaiJautienos befstrogenasŽuvisLęšiai su daržovėmisGaruose virtos daržovėsŠviežios daržovėsBulvių piureGrikiai | Kepti orkaitėje sumuštiniai su varškeVaisiaiPienasArbata |
| **TREČIADIENIS** | Viso grūdo avižinė košėSumuštiniai su sūriuArbataPienasVaisiai | Pomidorų sriubaKalakutienos skanusis su sezamuVištienos guliašasVištienos file garuoseVarškės apkepasŽuvisGaruose daržovėsŠviežios daržovėsBolivinė balandaBulvės | Tiršta manų košė ArbataPienasvaisiai |
| **KETVIRTADIENIS** | OmletasSumuštiniai su sūriuArbataPienasvaisiai | Pieniška sriubaVištienos kukuliai su varškeVištienos file garuoseTroškinti kalakutienos balandėliaiŽuvisTroškintos daržovėsŠviežios daržovėsPerlinių košėGrikiaiLęšiai | Avižinių dribsnių blynaiPienasVaisiaiArbata |
| **PENKTADIENIS** | Miežinių košė su vaisiaisSumuštinis su varškePienasArbata | Perlinių kruopų sriubaBlynai VarškėtukaiVirtų bulvių kukuliai su varškeŽuvisGaruose daržovėsŠviežios daržovėsPerlinės GrikiaiBolivinė balanda | Varškė su vaisiaisBandelėPienaarbata |