|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **10,15-20** | **PRIEŠPIEČIAI**  | **PIETŪS**  | **PAVAKARIAI**  |
| **PIRMADIENIS** | Trijų grūdų košėVaisiai, daržovėsArbatakeksiukai | Daržovių sriubaDuona, batonasTroškinta kalakutienaObuoliniai blynaiVištienos file su česnakuVištienos kotletaiŽuvisDaržovės garuoseŠviežios daržovėsMakaronaiGrikiaiLęšiai | Omletas su pomidoraisVaisiai, PienasVaisiaiArbata |
| **ANTRADIENIS** | Manų košė Vaisiai, daržovėsPienasArbata | Ryžių sriubaDuona, batonasKiaulienos šašlykasNetikras zuikisVirti varškėčiaiŽuvisRyžiaiMakaronaigrikiaiGaruose virtos daržovėsŠviežios daržovės | Pieniškos dešrelėsVaisiai, daržovėsPienasArbata |
| **TREČIADIENIS** | Avižinių kruopų košėArbataPienasVaisiai | Vištienos sriubaVištienos file garuose maltas kalakutienos kepsnys su daržovėmisBalandėliai su vištienaMorkų apkepasžuvisGaruose daržovėsŠviežios daržovėsBolivinė balandaPerlinės kruoposgrikiai | Kepti orkaitėje sumuštiniai su varškeArbataPienasvaisiai |
| **KETVIRTADIENIS** | Grikių košė su pienubandelėArbataPienasvaisiai | Perlinių kruopų sriubaJautienos kotletukaiKiaulienos naminis maltinisKiauliena su sūriu ir varškeVarškės pudingasŽuvisTroškintos daržovėsŠviežios daržovėsBulvių piurePupelėsGrikiai | Kukurūzų kruopų apkepasPienasVaisiaiArbata |
| **PENKTADIENIS** | Viso grūdo avižinė košėSumuštinis su varškePienasArbatavaisiai | burokėlių sriubaBlynai Bulvių morkų apkepasŽuvies kukulaičiai Troškinta žuvisGaruose daržovėsŠviežios daržovėsGrikiaikuskusas | Omletas su pomidoraisBandelėPienaArbatavaisiai |