

Šios savaitės valgiaraštis (I)

	Pusryčiai	Priešpiečiai	Pietūs	Vakarienė
Pirmadienis	Avižų kruopų košė su sviestu, pagardinta cinamonu, sumuštinis (naminė duonelė, sviestas, sūris), čiobrelių arbata.	Obuoliai	Pupelių sriuba, naminė duonelė, virti kietagrūdžiai makaronai su maltos mėsos (jautiena ir kiauliena) padažu, kopūstų-morkų salotos, švieži agurkai, vanduo.	Kepti varškėčiai su trintomis braškėmis, sveikuoliškas sausainis ir ramunėlių arbata..
Antradienis	Kvietinių kruopų košė (be pieno) su sviestu, sumuštinis (naminė duonelė, sviestas, varškės sūris), vaisinė arbata.	Obuoliai.	Agurkinė sriuba, naminė duonelė, vištienos maltinukas su bulvių koše, burokėlių salotomis su žirneliais bei raugintais agurkais, garintos mažos morkos, vanduo.	Blyneliai su avižų sėlenomis, uogų-jogurto padažas, melisų arbata.
Trečiadienis	Virtas kiaušinis, švieži agurkai, pyragėlis su kiauliena. juoda arbata.	Bananai.	Burokėlių sriuba, grietinė, naminė duonelė, kepta vištienos krūtinėlė su perliniu kuskusu, špinatų-sūrio padažas, morkų-saulėgrąžų salotos su aliejumi, švieži pomidorai, vanduo.	Varškės ir kukurūzų kruopų apkepas, grietinė, uogienė, , kmynų arbata.
Ketvirtadienis	Grikių košė, pagardinta sviestu, sumuštinis (naminė duona, sviestas, kepta kiaulienos nugarinė), kinrožių arbata.	Obuoliai.	Trinta cukinijų sriuba, duonelė, sviestažuvės iešmeliai su virtomis bulvėmis, agurkų-ridikėlių salotos, morkų šiaudeliai, vanduo.	Apkepas su daržovėmis ir vištiena, bananas, jogurtas, juodoji arbata.
Penktadienis	Kukurūzų kruopų košė, duonelė, varškės užtepėlė su bananais, juodoji arbata.	Kriaušės	Daržovių sriuba su makaronais, grietinė, duonelė, kiaulienos guliašas su keptomis bulvių skiltelėmis, gūžinės salotos su agurkais, morkomis bei ridikėliais, garinti žali žirneliai, vanduo.	Lietiniai blynai su varške, trintos braškės, ramunėlių arbata.