

## Senosios Varėnos A. Ryliškio pagrindinės mokyklos nemokamo maitinimo valgiaraštis

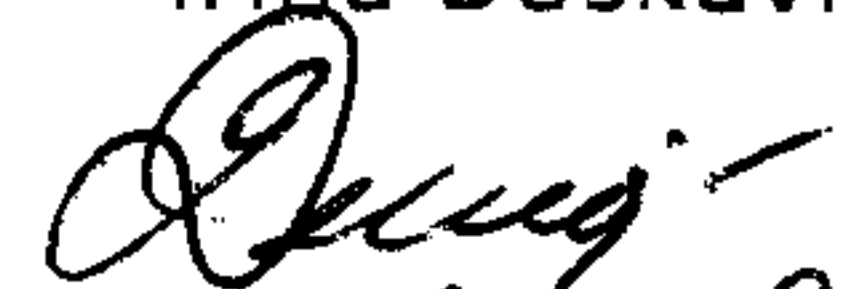
1 savaitė

Pusryčiai

Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis
Viso grūdo avižinių dribsnių košė su obuoliai ir cinamonu TA	Varškės spygliukai T	Makaronai su daržovių padažu TA	Saldi manų kruopų košė T	Omletas
Trintos uogos	Trintos uogos	Užkepta viso grūdo duona su dešrelėmis	Sviestas	Žali žirneliai
Viso grūdo duonas su sviestu ir fermentiniu sūriu	Natūralus jogurtas	Mėtų arbata	Trinta varškė su trintomis uogomis	Duona
Ramunėlių arbata	Traputis		Duona	Viso grūdo duona su sviestu ir pomidoru
Sezoniniai vaisiai, uogos	Vaisinė arbata		Juodoji arbata	Aviečių arbata
				Sezoniniai vaisiai, uogos

Pietūs

Vanduo su citrina	Vanduo	Vanduo su apelsiniais	Vanduo	Vanduo
Rūgštynių sriuba T	Pupelių sriuba TA	Barščių sriuba su bulvėmis T	Tiršta perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, brokoliu TA	Daržovių ir makaronų sriuba TA
Grietinė	Duona	Grietinė	Duona	Duona
Duona	Troškinti kiaulienos kukuliai su padažu T	Duona	Kalakutienos-daržovių troškinys su žirneliais T	Riebios žuvies ir menkės paplotėlis
Kiaulienos guliašas T	Bulvių košė su krapais	Varškės apkepas su kriaušėmis	Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su aliejumi	Grietinės padažas
Biri grikių kruopų košė	Burokėlių salotos su žirneliais su aliejumi	Natūralus jogurtas	Sezoniniai vaisiai, uogos	Bulvių košė
Šviežių kopūstų salotos su aliejumi	Sezoniniai vaisiai, uogos	Pjaustyti sezoniniai vaisiai, uogos		Pekino kopūstų salotos su agurkais su aliejumi
Agurkai				Sezoniniai vaisiai, uogos
Sezoniniai vaisiai, uogos				

  
 2023-08-22


2 savaitė

Pusryčiai

Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis
Aguoniniai sklindžiai	Virtos dešrelės T	Virti varškėčiai T	Biri grikių kruopų košė su daržovėmis AT	Miežinių dribsnių košė AT
Trintos uogos	Pomidorų padažas	Trintos uogos	Aliejus	Aliejus
Natūralus jogurtas	Virti makaronai	Natūralus jogurtas	Varškė su kefyru ir uogomis	Užkeptas sumuštinis su sūriu
Kepti obuoliai su varške	Daržovių rinkinukas	Virtas kiaušinis	Batonas	Vaisinė arbata
Ramunėlių arbata	Viso grūdo duonas su sviestu ir pomidoru	Duona	Aviečių arbata	Sezoniniai vaisiai, uogos
	Melisos arbata	Juodoji arbata		

Pietūs

Vanduo	Vanduo	Vanduo su apelsiniais	Vanduo	Vanduo
Šviežių kopūstų sriuba TA	Žirnių ir perlinių kruopų sriuba TA	Agurkų sriuba su ryžių kruopomis TA	Vištienos sriuba su makaronais T	Barščių sriuba su pupelėmis ir raugintais kopūstais T
Duona	Duona	Duona	Duona	Grietinė
Vištienos kukuliai T	Bulvių plokštainis su vištienos file	Karališki balandėliai T	Menkės maltinis su morkomis	Duona
Grietinės padažas	Grietinė	Bulvių košė su krapais	Grietinės padažas	Kepti varškėčiai su kukurūzų miltais
Virti ryžiai su ciberžole	Rauginti kopūstai su aliejumi	Burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais	Bulvių košė	Natūralus jogurtas
Morkų salotos su česnakų ir aliejumi	Rauginti agurkai	Sezoniniai vaisiai, uogos	Pekino kopūstų ir porų salotos su aliejumi	Pjaustyti sezoniniai vaisiai, uogos
Agurkai	Sezoniniai vaisiai, uogos		Pomidorai	
Sezoniniai vaisiai, uogos			Sezoniniai vaisiai, uogos	

  
 2023-08-22

3 savaitė

Pusryčiai

Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis
Saldus ryžių pudingas T Sviestas Sumuštinis su sviestu ir fermentiniu sūriu Vaisinė arbata	Omletas su sūriu Žali žirnėliai Duona Traputis Melisos arbata	Tiršta grikių kruopų košė su aliejumi AT Viso grūdo duona su virta dešra ir agurku Kmyną arbata	Viso grūdo miltų sklindžiai su varške Natūralus jogurtas Trintos uogos Kepti obuoliai Ramunėlių arbata	Avižinių dribsnių košė su aguonomis T Trintos uogos Varškė su kefyru ir trintais vaisiais Duona Aviečių arbata

Pietūs

Vanduo su citrina Raugintų agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis TA Duona Kiaulienos kukuliai su rausvuuju padažu T Bulvių košė su krapais Šviežių kopūstų, morkų, paprikų salotos su aliejumi Agurkai Sezoniniai vaisiai, uogos	Vanduo Skaldytų žirnių sriuba su bulvėmis TA Duona Vištienos guliašas su morkomis T Biri ryžių kruopų košė Žalios salotos su agurkais su aliejumi Pomidorai Sezoniniai vaisiai, uogos	Vanduo su apelsiniais Ukrainietiški barščiai T Duona Varškės apkepas Natūralus jogurtas Pjaustyti sezoniniai vaisiai, uogos	Vanduo su apelsiniais Pupelių, daržovių ir makaronų sriuba TA Duona Plovas su kalakutiena T Pekino kopūstų salotos su pomidorais su aliejumi Sezoniniai vaisiai, uogos	Vanduo Daržovių sriuba TA Duona Žuvies šnicelis Bulvių košė Burokėlių salotos su aliejumi Sezoniniai vaisiai, uogos
---	--	--	---	---