

I savaitė	<b>PIRMADIENIS</b>	<b>Pusryčiai</b>	<b>gr.</b>	<b>Pietūs</b>	<b>gr.</b>	<b>Vakarienė</b>	<b>gr.</b>
		Avižinių dribsnių košė su sviestu	150	Trinta moliūgų sriuba	150	Pasukų blynai	180
		Sviestas	5	Tamsi pilno grūdo duona	30	Trintos uogos	30
		Jogurtas	125	Troškinta kalakutiena	70/20	Natūralus jogurtas	30
		Sezoninis vaisius	140	Biri ryžių košė	100	Arbata be cukraus	200
				Šviežių agurkų ir ridikų salotos su jogurtu	80/10		
				Pomidorai	50		
			Vanduo su mėtų lapeliais	200			
	<b>ANTRADIENIS</b>	<b>Pusryčiai</b>	<b>Pietūs</b>	<b>Vakarienė</b>			
		Kvietinių kruopų košė	150	Žirnių sriuba	150	Varškės virtinukai su natūralia vanile	130
		Saulėgražos	10	Grietinė	5	Grietinės ir sviesto padažas	30
		Trapučiai	20	Tamsi pilno grūdo duona	20	Arbata be cukraus	200
		Sezoninis vaisius	150	Troškinta triušiena su daržovėmis	150		
		Arbata be cukraus	200	Bulvių košė su sviestu	100/5		
				Švieži ridikai; švieži agurkai	60/70		
			Vanduo su citrina	200/2			
	<b>TREČIADIENIS</b>	<b>Pusryčiai</b>	<b>Pietūs</b>	<b>Vakarienė</b>			
		Tiršta kukurūzų kruopų košė su kepintomis sezamo sėklomis	150	Pomidorinė sriuba su ryžiais	150	Sklindžiai su obuoliais ir razinomis	130
		Sezamo sėklos	5	Grietinė	5	Trintos uogos	40
		Sūrio lazdelės	40	Tamsi pilno grūdo duona	25	Arbata be cukraus	200
Sezoninis vaisius		100	Pilno grūdo makaronai	150	Natūralus jogurtas	30	
Arbata su citrina		200	Sūris	50			
			Naminis pomidorų padažas	100			
		Vanduo su citrina	200/2				
<b>KETVIRTADIENIS</b>	<b>Pusryčiai</b>	<b>Pietūs</b>	<b>Vakarienė</b>				
	Ryžių kruopų košė	150	Raudonųjų lęšių sriuba	150	Prancūziškas tarkuotų bulvių apkepas	150	
	Sviestas	10	Tamsi pilno grūdo duona	30	Grietinė	30	
	Vaisių kokteilis	150	Žuvies mėsos maltinukas su morkomis ir sūriu, keptas orkaitėje	100	Kefyras	150	
	Vaisinė arbata	200	Miežinių kruopų košė	80			
	Trapučiai	20	Pomidorų, agurkų, ridikų salotos su grietine	88			
			Vanduo su citrina	200/2			
<b>PENKTADIENIS</b>	<b>Pusryčiai</b>	<b>Pietūs</b>	<b>Vakarienė</b>				
	Tiršta grikių kruopų košė su sviestu ir saulėgražų sėklomis	200	Pupelių sriuba	150	Varškės ir moliūgų apkepas	200	
	Sviestas	10	Grietinė	5	Grietinė	20	
	Sezoniniai vaisiai	120	Tamsi pilno grūdo duona	30	Arbata be cukraus	200	
	Arbata be cukraus	200	Jautienos ir kiaulienos maltas pjausnys keptas orkaitėje	80			
	Saulėgražų sėklos	7	Virtos bulvės	100			
			Šviežių kopūstų ir morkų salotos su aliejumi	100/10			
		Švieži pomidorai	70				
		Vanduo su citrina	200/2				

		<b>Pusryčiai gr.</b>		<b>Pietūs gr.</b>		<b>Vakarienė gr.</b>	
<b>PIRMADIENIS</b>		Sorų kruopų košė	150	Burokėlių sriuba su grietine	150/5	Sumuštinis su sviestu ir kepta vištiena	45/7/50
		Sviestas	50	Tamsi pilno grūdo duona	30	Švieži agurkai ir pomidorai	90/70
		Avižiniai sausainiai	10	Keptas su garais kalakutienos kepsnys	100	Arbata be cukraus	200
		Arbata be cukraus	200	Ryžių kruopų košė	100		
		Sezoninis vaisius	140	Gūžinės salotos su agurku, pomidoru ir aliejaus-citrinų užpilu	150/10		
			Vanduo su citrina	200			
<b>ANTRADIENIS</b>		<b>Pusryčiai</b>		<b>Pietūs</b>		<b>Vakarienė</b>	
		Penkių grūdų košė su linų sėmenimis	200	Skraidri pilno grūdo makaronų sriuba	165	Apkepti virtų bulvių paplotėliai	150
		Linų sėmenys	10	Skrebutis	40	Natūralus jogurtas	125
		Sezoniniai vaisiai	130	Bulvių plokštainis	200	Arbata be cukraus	200
		Vaisių kokteilis	200	Grietinė	100		
			Vanduo su citrina	200			
<b>TREČIADIENIS</b>		<b>Pusryčiai</b>		<b>Pietūs</b>		<b>Vakarienė</b>	
		Kvietinių kruopų košė su morkomis	200	Daržovių sriuba su grietine	150/5	Apkepti varškėčiai su natūralia vanile	150
		Sezoninis vaisius	140	Tamsi pilno grūdo duona	30	Trintos uogos	25
		Kmynų arbata be cukraus	200	Malta troškinta jautiena pomidorų padaže	80/50	Aviečių arbata	200
				Virti makaronai	100		
				Šviežios traškiosios daržovių lazdelės	100		
				Uogų gėrimas be cukraus	190/15		
<b>KETVIRTADIENIS</b>		<b>Pusryčiai</b>		<b>Pietūs</b>		<b>Vakarienė</b>	
		Pasukų blynai	150	Agurkinė sriuba su grietine	150/4	Varškės-ryžių apkepas	80/120
		Grietinė	30	Tamsi pilno grūdo duona	30	Trintos uogos	40
		Trintos uogos	50	Orkaitėje keptas lašišos medalionas	80	Natūralus jogurtas	30
		Arbata be cukraus	200	Virtos bulvės apkeptos krosnyje	100	Arbata be cukraus	200
		Sezoninis vaisius	100	Šviežios agurkų ir ridikėlių salotos su natūraliu jogurtu	90/9		
				Pomidorai	50		
				Vanduo su mėtų lapeliais	200/1		
<b>PENKTADIENIS</b>		<b>Pusryčiai</b>		<b>Pietūs</b>		<b>Vakarienė</b>	
		Tiršta bulgur kruopų košė su šviežiais	200	Baltųjų pupelių sriuba	150	Avižinių dribsnių blynai su obuoliais	200
		Sūrio lazdelės	35	Grietinė	5	Natūralus jogurtas	70
		Čiobrelių arbata	200	Tamsi pilno grūdo duona	30	Trintos uogos	25
		Sezoninis vaisius	150	Troškintas kopūstų ir kalakutienos kukulis	100/80	Aviečių arbata	200
				Bulvių košė su sviestu	100/5		
			Pomidorai, švieži agurkai	90/70			
			Vanduo su vaisiais/uogomis	200/40			

3 Savaitė	PIRMADIENIS	<b>Pusryčiai gr.</b>		<b>Pietūs gr.</b>		<b>Vakariė gr.</b>	
		Avižinių dribsnių košė su obuoliais ir cinamonu	200	Tiršta jautienos sriuba su avinžirniais ir pomidorais	150	Kukurūzų miltų blynai	200
		Jogurtas	125	Tamsi pilno grūdo duona	25	Natūralus jogurtas	20
		Arbata be cukraus	200	Garuose virtas kalakutienos kukulis	80	Arbata be cukraus	200
		Sezoninis vaisius	100	Biri ryžių košė	90		
				Šviežios ir traškios daržovių lazdelės	100		
				Stalo vanduo su citrina	200		
	ANTRADIENIS	<b>Pusryčiai</b>		<b>Pietūs</b>		<b>Vakariė</b>	
		Tiršta bulguro kruopų košė su šviežiais obuoliais ir džiovintais abrikosais	150	Daržovių sultinys su ryžiais	150	Daržovės troškinto su lęšiais	200
		Sezoninis vaisius	10	Tamsi pilno grūdo duona	30	Kefyras	200
		Aviečių arbata	130	Lazanija su varške	120/80	Vanduo	150
			200	Naminis pomidorų padažas	50		
				Švieži agurkai	70		
				Vanduo su mėtų lapeliais	200		
	TREČIADIENIS	<b>Pusryčiai</b>		<b>Pietūs</b>		<b>Vakariė</b>	
		Tiršta miežinių kruopų košė	200	Kopūstų ir burokėlių barščiai	150	Avinžirnių miltų makaronai su daržovėmis ir grietine	100/100/25
		Sviestas	5	Grietinė	5	Jogurtas	125
		Sezoninis vaisius	100	Tamsi pilno grūdo duona	20	Arbata be cukraus	200
		Arbata be cukraus	200	Keptas su garais maltos jautienos šnicelis	75		
		Sūrio lazdelės	40	Pieno padažas su morkomis ir špinatais	25		
			Virtos bulvės	100			
		Gūžinės agurkų ir pomidorų salotos su grietine	90;8				
		Vaisinė arbata	200				
KETVIRTDIENIS	<b>Pusryčiai</b>		<b>Pietūs</b>		<b>Vakariė</b>		
	Tiršta grikių kruopų košė	200	Baltųjų pupelių sriuba	150	Varškės apkepas	180	
	Sviestas	10	Grietinė	10	Grietinė	150	
	Trapučiai	30	Tamsi pilno grūdo duona	30	Trintos uogos		
	Sezoninis vaisius	130	Orkaitėje keptas žuvies mėsos šnicelis	100	Ramunėlių arbata be cukraus		
	Arbata be cukraus	200	Bulvių košė	100			
			Šviežių agurkų ir pomidorų salotos su natūraliu jogurtu	100			
		Uogų gėrimas be cukraus	200				
PENKTDIENIS	<b>Pusryčiai</b>		<b>Pietūs</b>		<b>Vakariė</b>		
	Tiršta kukurūzų kruopų košė	200	Trinta moliūgų sriuba	150	Morkų blynėliai	180	
	Sviestas	5	Grietinė	5	Trintos uogos	40	
	Sezoninis vaisius	100	Tamsi pilno grūdo duona	30	Grietinė	30	
	Pieno ir vaisių kokteilis	200	Ryžių plovas su kalakutienu	130/50	Arbata be cukraus	200	
			Morkų ir agurkų lazdelės	100			
			Vanduo	200			