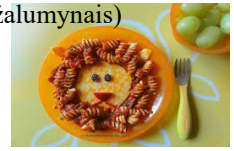
VILNIAUS LOPŠELIS-DARŽELIS „RYTAS“

1	PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
PUSRYČIAI	Penkių grudų dribsnių košė Liofilizuoti vaisiai Sezoninių vaisių lėkštelė Nesaldinta arbatžolių arbata 	Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu Sezoninių vaisių lėkštelė Nesaldinta arbatžolių arbata 	Manų košė su cinamonu ir sviestu (tausojantis) Sezoninių vaisių lėkštelė  Nesaldinta arbatžolių arbata	Omletas su pomidorais (tausojantis) Viso grūdo duona su saulėgrąžomis ir sviestu Sezoninių vaisių lėkštelė Nesaldinta arbatžolių arbata	Grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis) Viso grūdo batonas su varškės sūriu, pomidorais ir agurkais Sezoninių vaisių lėkštelė Nesaldinta kmynų arbata
PIETŪS	Rūgštynių sriuba (tausojantis) Grietinė Viso grūdo duona su saulėgrąžomis Plovas su vištiena (tausojantis) Salotos „Gaidelis“ (obuoliai, morkos, grietinė) / Raugintų kopūstų Šviežių daržovių rinkinukas Vanduo (paskanintas vaisių gabaliukais ar žalumynais) 	Perlinių kruopų sriuba (tausojantis) Grietinė Viso grūdo ruginė duona Orkaitėje kepti upėtakio – jūrinių lydekų filė kotletai (tausojantis) Perlinis kuskusas Kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi Šviežių daržovių rinkinukas Vanduo (paskanintas vaisių gabaliukais ar žalumynais)	Barščių sriuba su pupelėmis Grietinė Juoda duona su saulėgrąžomis Orkaitėje keptas kalakutienos maltinukas (tausojantis) Perlinės kruopos (tausojantis) Daržovių salotos su saldžiąją paprika (augalinis) Šviežių daržovių rinkinukas Stalo vanduo (paskanintas vaisių gabaliukais ar žalumynais	Trinta bulvių sriuba su virtos vištienos gabaliukais (tausojantis) Viso grūdo ruginė duona ***Lopšeliui***: Kiaulienos maltinis (netikras „zuikis“) (tausojantis) ***Darželiui:*** Kiaulienos guliašas Bulvių košė (tausojantis) Pekino kopūstų ir pomidorų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis) Šviežių daržovių rinkinukas Stalo vanduo (paskanintas vaisių gabaliukais ar žalumynais)	Trinta raudonųjų lęšių sriuba Grietinė Pilno grūdo ruginė duona Vištienos kepsnelis su kefyru Virti ryžiai Aisbergo salotos su agurkais ir konservuotais kukurūzais Šviežių daržovių rinkinukas Stalo vanduo (paskanintas vaisių gabaliukais ar žalumynais)
VAKARIENĖ	Bulvių piršteliai su varške Sviesto- grietinės padažas Jogurtas su vaisiais  Arbata	Varškės apkepas Grietinė Traškučiai „Taleriai‘‘ Nesaldinta arbatžolių arbata	Orkaitėje keptos bulvės su fermentiniu sūriu Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais Javainių batonėlis Pienas	Orkaitėje kepti varškėčiai su morkomis (tausojantis) Braškės Kukurūzų lazdelės Nesaldinta kakava su pienu	Pilno grūdo makaronai su fermentiniu sūriu (tausojantis) Traputis Nesaldinta arbatžolių arbata

VILNIAUS LOPŠELIS-DARŽELIS „RYTAS“

2	PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
PUSRYČIAI	Pieniška ryžių kruopų košė su sviestu ir braškėmis Sezoninių vaisių lėkštė Nesaldinta arbatžolių arbata	Tiršta grikių dribsnių košė su sviestu Sezoninių vaisių lėkštelė Duoniukai Nesaldinta arbata 	Virta miežinė košė su braškėmis (tausojantis) (augalinis) Liofilizuoti vaisiai Sezoninių vaisių lėkštelė Nesaldinta arbatžolių arbata 	Pieniška kukurūzų košė su uogomis (tausojantis) Viso grūdo duona su saulėgrąžomis ir sviestu Sezoninių vaisių lėkštelė Nesaldinta vaisinė arbata	Penkių grūdų dribsnių košė su saulėgrąžomis (tausojantis) Sezoninių vaisių lėkštelė Nesaldinta arbatžolių arbata 
PIETŪS	Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) / Šviežių kopūstų sriuba Grietinė Viso grūdo duona Orkaitėje kepta traški žuvis (tausojantis) Virti lęšiai Burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi (augalinis) Šviežių daržovių rinkinukas Vanduo (paskanintas vaisių gabaliukais ar žalumynais)	Barščių sriuba Grietinė Pilno grūdo ruginė duona Bulvių plokštainis su vištiena Grietinė Morkų lazdelės Šviežių daržovių rinkinukas Stalo vanduo (paskanintas vaisių gabaliukais ar žalumynais) 	Trinta cukinijų sriuba (tausojantis) Grietinė Jautienos plovas (tausojantis) Viso grūdo rūginė duona Raugintų kopūstų salotos (augalinis)/Pekino kopūstų ir avokado salotos Šviežių daržovių rinkinukas Vanduo (paskanintas vaisių gabaliukais ar žalumynais)	Žirnių - perlinių kruopų sriuba (tausojantis) Viso grūdo ruginė duona Orkaitėje keptas vištienos maltinukas (lopšelis) Orkaitėje su garais kepta vištienos filė (tausojantis) Virti grikiai Šviežių daržovių salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis) Šviežių daržovių rinkinukas Vanduo (paskanintas vaisių gabaliukais ar žalumynais)	Pupelių sriuba (tausojantis) Grietinė Viso grūdo duona Orkaitėje keptas kiaulienos šnicelis (tausojantis) Burokėlių salotos su žirneliais (augalinis) Virti makaronai Šviežių daržovių rinkinukas Vanduo (paskanintas vaisių gabaliukais ar žalumynais)
VAKARIENĖ	Varškės apkepas su kuskuso kruopomis (tausojantis) Uogos Juoda duona su saulėgrąžomis ir sviestu Nesaldinta arbatžolių arbata	Avižiniai sausainiai su obuoliais Jogurtas su vaisiais Traputis Kakava su pienu	Virti varškėčiai (tausojantis) Natūralus jogurtas Nesaldinta arbatžolių arbata	Užkepti sumuštiniai su sūriu ir virta dešra Pjaustyti agurkai (augalinis) Varškės sūrelis be glaisto Nesaldinta kakava	Bulvių košė Pieniška dešrelė Pik – Nik sūrio lazdelė Pienas 

VILNIAUS LOPŠELIS-DARŽELIS „RYTAS“

3	PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
PUSRYČIAI	Tiršta avižinių dribsnių košė su trintomis braškėmis ir sezamo sėklomis (tausojantis) Sezoninių vaisių lėkštelė Nesaldinta vaisinė arbata	Pieniška kvietinių kruopų košė pagardinta gabalėliu sviesto (tausojantis) Liofilizuoti vaisiai Sezoninių vaisių lėkštelė Nesaldinta vaisinė arbata 	Kuskuso kruopų košė su sviestu (tausojantis) (augalinis) Batonas su sviestu ir fermentiniu sūriu Sezoninių vaisių lėkštelė Nesaldinta arbatžolių arbata	Pieniška sorų kruopų košė su džiovintomis spanguolėmis uogomis ir sezamo sėklomis Sezoninių vaisių lėkštelė Nesaldinta arbatžolių arbata	Tiršta avižinių kruopų košė su trintomis uogomis (tausojantis) Sezoninių vaisių lėkštelė Nesaldinta arbatžolių arbata 
PIETŪS	Žirnių sriuba su morkomis ir svogūnais (tausojantis) Grietinė Pilno grūdo ruginė duona Orkaitėje keptas spelta miltuose parniruotas vištienos šnicelis (tausojantis) Pilno grūdo makaronai (tausojantis) Baltagūžių kopūstų salotos Šviežių daržovių rinkinukas Vanduo (paskanintas vaisių gabaliukais ar žalumynais)	Barščių ir raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) Grietinė Viso grūdo duona Kiaulienos kepsnys “Svogūnėlis” Virti grikiai Morkų lazdelės Šviežių daržovių rinkinukas Vanduo (paskanintas vaisių gabaliukais ar žalumynais) 	Trinta daržovių sriuba (tausojantis) Grietinė Viso grūdo rūginė duona Orkaitėje kepti lašišų kąsneliai Virtos bulvės Burokėlių salotos su raugintais kopūstais Šviežių daržovių rinkinukas Vanduo (paskanintas vaisių gabaliukais ar žalumynais)	Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) Grietinė Pilno grūdo duona Troškinta vištienos filė / troškinta triušiena Virti grikiai Daržovių salotos su paprika Šviežių daržovių rinkinukas Vanduo (paskanintas vaisių gabaliukais ar žalumynais) 	Šviežių kopūstų sriuba Grietinė Viso grūdo duona Kiaulienos – jautienos šnicelis (tausuojantis) Bolivinė balanda Šviežių agurkų salotos su krapais (augalinis) Šviežių daržovių rinkinukas Stalo vanduo (paskanintas vaisių gabaliukais ar žalumynais)
VAKARIENĖ	Omletas su fermentiniu sūriu (tausojantis) Duona su saulėgrąžomis Žalieji žirneliai (konservuoti) Nesaldinta kakava su pienu	Varškės ir ryžių apkepas (tausojantis) Uogos Juodos duonos (su saulėgrąžomis) sumuštinis su virta vištienos filė ir pomidorais (tausojantis) Nesaldinta vaisinė arbata	Mielyniai blynai su bananais ir trintais obuoliais Natūralus jogurtas Kukurūzų lazdelės Pienas 	Orkaitėje kepti varškėčiai (tausojantis) Uogos Jogurtas su vaisiais Nesaldinta arbatžolių arbata	Pilno grūdo makaronai su sviestu ir varške (tausojantis) Pik nik sūrio lazdelė Geriamas jogurtas su braškėmis