L/D „KLEVELIS“ VALGIARAŠTIS
(III) Gegužės 28 – Birželio 01 d.

*įvairios sėklos – sezamai, saulėgrąžų branduoliai, linų sėmenys. Patiekiamos šalia košės, jei vaikas gali ir nori valgyti.

Lopšelinių grupių

Pirmadienis				Antradienis			
B	R	A	Kcal	B	R	A	Kcal
41,80	72,48	199,04	1248,71	32,31	34,70	180,10	1249,15
Pusryčiai				*Pusryčiai*			
Kukurūzų košė su sviestu, įvairiomis sėklomis* (150/3,75g) Duona (ar traputis) su sviestu, fermentiniu sūriu, (34/6/15 g) Arbata (150 g)				Kvietinių kr. košė su sviestu, įvairiomis sėklomis* (150/3,75g) Duona (ar traputis) su sviestu, šviežiu agurku, (34/6/25g) Arbata (150 g)			
Pietūs				*Pietūs*			
Kalakutienos sultinys su makaronais, batonas ar traputis (150/30 ar 10 g) Kalakutienos kepsnys su sviesto-grietinės padažu, grikių garnyras, šviežių kopūstų salotos su pomidorais, svog. laiškais, alyvuogių aliejumi (65/7,5/90/64 arba 45/3,75g) Vanduo (150g)				Kiaulienos barščių sriuba su grietine, duona (150/3,75/30g) Lenkiški balandėliai (kiauliena), bulvių košė, burokėlių salotos su alyv.al. (80/75/50/3,75 g) Obuolių sultys (150 g)			
Pavakariai				*Pavakariai*			
Sultys, Bananas (200/150g)				Vynuogės (150g) traputis (10 g)			
Vakarienė				*Vakarienė*			
Bulvių košė su, sviestu (150/3,75 g) Kefyras (150 g) Nesaldinta arbata (150 g)				Makaronai su sūriu (150 g) Arbata, (150g)			
Trečiadienis				**Ketvirtadienis**			
B	R	A	Kcal	B	R	A	Kcal
41,30	36,60	199,52	1327,13	37,06	46,47	206,96	1344,54
Pusryčiai				*Pusryčiai*			
Miežinių kr. košė su sviestu, įvairiomis sėklomis* (150/3,75g) Batonas su uogiene (37,5/37,5 g) Arbata, (150 g)				Sorų košė su sviestu, įvairiomis sėklomis* (150/3,75g) Duona (ar traputis) su sviestu, fermentiniu sūriu (34/6/15 g) Arbata (150 g)			
Pietūs				*Pietūs*			
Kiaulienos lęšių sriuba su grietine, duona, (150/ 3,75/30g) Žemaitiški blynai su kiauliena, grietine. Pomidorai (127,5/15/30 g) Sultys (150g)				Kiaulienos frikadėlių sriuba su daržovėmis, grietine, duona (150/3,75/30g) Kiaulienos - ryžių plovas, marinuoti agurkai (150/56/22,5) Vanduo (150 g)			
Pavakariai				*Pavakariai*			
Kriaušė (150g)				Kivi (150 g)			
Vakarienė				*Vakarienė*			
Kiaulienos troškinys su kopūstais (90/63 g) Arbata, (150 g)				Kefyriniai blyneliai *(su kvietiniais miltais,)* su uogiene (90/15) Arbata (150 g)			
Penktadienis							
B	R	A	Kcal				
37,17	46,67	207,68	1395,79				
Pusryčiai							
Avižinių dr. košė su sviestu, įvairiomis sėklomis* (150/3,75 g) Batonas (ar traputis) su sviestu, fermentiniu sūriu (34/6/15 g) Arbata (150 g)							
Pietūs							
Kiaulienos makaronų sriuba su grietine, duona (150/3,75/30g) Kiaulienos guliašas su sviesto-grietinės padažu, bulvės, marinuoti agurkai (50/15/75/30 g) Vanduo							
Pavakariai							
Obuolys(150 g)							
Vakarienė							
Švilpikai su sviesto-grietinės padažu (150/1,5) Arbata (150g)							

Skambinti maisto saugos ir sudėties kausimais:
Kauno lopšelis-darželis "Klevelis" dietistei, administracijai: **(8-37) 424511**, klevelis@gmail.com
Valstybiniai maisto ir veterinarijos tarnybai: nemokama telefono linija 8 800 404 03 (visą parą), internetu.

SKANAUS!