



VDU LICĖJUS
SOKRATUS

VALGIARAŠTIS (I SAV.) I-IV KL.

DIENOS	PUSRYČIAI	PRIEŠPIEČIAI	PIETŪS		PAVAKARIAI	PAPILDOMI UŽKANDŽIAI	SALOTOS
			I VAR.	II VAR.			
PIRMADIENIS	Avižų kruopų košė su sviestu ir cinamonu, sumuštinis (naminė duonelė, sviestas, sūris), čiobrelių arbata	Sezoninių vaisių asorti	Pupelių sriuba, naminė duonelė, vištienos šlaunelių mėsos kepsnelis su kukurūzų dribsniais, bulgur kruopų ir įvairių daržovių garnyras, garinti žalieji žirneliai, švieži pomidorai, vanduo.	Pupelių sriuba vištienos krūtinėlės kepsnelis keptas ant grotelių, bulgur kruopų ir įvairių daržovių garnyras, garinti žalieji žirneliai, švieži pomidorai, vanduo.	Kesadilija su vištiena ir daržovėmis, ramunėlių arbata	Panini sumuštinis su vištienos kebabo mėsa	„Cezario“ salotos su vištiena
ANTRADIENIS	Trijų grūdų košė su spanguolėmis, sumuštinis (naminė duonelė, sviestas, varškės sūris), vaisinė arbata.	Sezoninių vaisių asorti	Agurkinė sriuba, grietinė, naminė duonelė, kiaulienos – ryžių kukuliukai su bulvių koše, garintos daržovės, morkų šiaudeliai, vanduo.	Agurkinė sriuba, grietinė, naminė duonelė, lietiniai blynai su kumpiu ir sūriu, vanduo.	"Amerikietiški" sklandžiai, uogų-jogurtopadažas, melisų arbata.	Bandelė su dešrele	Salotos su kepta vištiena
TREČIADIENIS	Virtas kiaušinis, švieži agurkai, pusrytinė bandelė su sviestu, kakava.	Sezoninių vaisių asorti	Burokėlių sriuba, grietinė, naminė duonelė, vištienos krūtinėlės kepsnelis, kietagrūdžiai makaronai, morkų-saulėgrąžų salotos su aliejumi, švieži pomidorai, vanduo.	Burokėlių sriuba, grietinė, naminė duonelė, kiaulienos nugarinės kepsnelis, kietagrūdžiai makaronai, morkų-saulėgrąžų salotos su aliejumi, švieži pomidorai, vanduo.	Varškės ir ryžių kruopų apkepas, grietinė, uogienė, kmynų arbata.	Hamburgeris su vištienos paplotėliu	Meksikietiškos salotos
KETVIRTADIENIS	Grikių košė, pagardinta sviestu, Trapios tešlos pyragėlis (su pilno grūdo miltais) su varške, kinrožių arbata.	Sezoninių vaisių asorti	Raugintų kopūstų sriuba, grietinė, naminė duonelė, plovos su kiauliena, garintos šparaginės pupelės, morkų šiaudeliai, vanduo.	Raugintų kopūstų sriuba, naminė duonelė, Kijyvo kotletas su bulvių koše, garintos šparaginės pupelės, morkų šiaudeliai, vanduo.	Pica su daržovėmis ir vištiena ir sūriais, jogurtas, žolelių arbata.	Bandelė su dešrele	Salotos su traškia vištiena
PENKTADIENIS	Penkių grūdų dribsnių košė su sviestu, sumuštinis su kepta kiaulienos nugarine, grūdų duoniukas, arbata.	Sezoninių vaisių asorti	Daržovių sriuba su vištiena, grietinė, naminė duonelė, žuvies maltinukas, virtos bulvės, šviežios salotos su agurkais, pomidorais, paprikomis bei ridikėliais, su žolelių užpilu, vanduo.	Daržovių sriuba su vištiena, grietinė, naminė duonelė, tortilija su malta jautiena, pupelėmis ir sūriu, šviežios salotos su agurkais, pomidorais, paprikomis bei ridikėliais, žolelių užpilas, vanduo.	Lietiniai blynai su varške, trintos braškės, ramunėlių arbata.	Kibinas su kiauliena	Salotos su vištiena kinietišškai