



VDU LICĖJUS
SOKRATUS

VALGIARAŠTIS (III SAV.) PRIEŠMOKYKLINĖ KL.

DIENOS	PUSRYČIAI	PRIEŠPIEČIAI	PIETŪS	PAVAKARIAI	PAPILDOMI UŽKANDŽIAI
PIRMADIENIS	Manų kruopų košė su sviestu ir cinamonu, sviestinė bandelė, varškės - uogų kremas, vaisinė arbata.	Sezoninių vaisių asorti	Raudonųjų lęšių sriuba, naminė duonelė, vištienos troškinys su dažovėmis, birūs ryžiai, burokėlių salotos su pupelėmis, raugintais agurkais ir aliejumi, švieži agurkai, vanduo.	Batatų kepsneliai su varške, greitinė, ramunėlių arbata.	Trikampis sumuštinis su kumpiu ir sūriu
ANTRADIENIS	Virtas kiaušinis, pusrytinė bandelė su sviestu, šviežias agurkas, žolelių arbata.	Sezoninių vaisių asorti	Barščiai, naminė duonelė, grietinė, maltos kaulienos kepsnys "Netikras zuikis" su bulvių – špinatų košė, agurkų ir pomidorų salotos su aliejumi, morkų šiaudeliai, vanduo.	Lietiniai blynai su obuoliais, grietinė, sūrio lazdelė, vaisinė arbata.	Bandelė su dešrele
TREČIADIENIS	Penkių grūdų dribsnių košė, pilno grūdo pusrytinė bandelė, sviestas su žalumynais, sūris, kinrožių arbata.	Sezoninių vaisių asorti	Trinta moliūgų - morkų sriuba su česnakine duonele, vištienos kukulaičiai su virtomis bulvėmis, morkų-agurkų salotos su aliejumi, virta kukurūzo burbuolė, vanduo.	Varškės pudingas su vaisių padažu, vanilinis džiovėsėlis, melisų arbata.	Hamburgeris su vištienos paplotėliu
KETVIRTADIENIS	Naminė granola, jogurtas, duoniukas, grūdėta varškė, žolelių arbata.	Sezoninių vaisių asorti	Pupelių sriuba, grietinė, naminė duonelė, maltos jautienos troškinys su daržovėmis ir grikių krupomis, kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais, švieži agurkai, vanduo.	Kibinas su vištiena, naminis sultinys su žolelėmis, daržovių šiaudeliai, natūralus jogurtas.	Panini sumuštinis su kumpiu ir sūriu
PENKTADIENIS	Avižų kruopų košė su sviestu ir cinamonu, užkeptas sumuštinis su balta duona, graikišku jogurtu ir vaisiais, ramunėlių arbata.	Sezoninių vaisių asorti	Raugintų kopūstų sriuba, grietinė, naminė duonelė, lašišos filė kepsnelis, virti kietagrūdžiai makaronai, šviežios salotos su agurkais, pomidorais, ridikėliais, paprikomis ir žolelių padažu, morkų šiaudeliai, vanduo.	Koldūnai su mėsa, grietinė, melisų arbata.	Kibinas su kauliena