



VDU LICĖJUS
SOKRATUS

VALGIARAŠTIS (I SAV.) PRIEŠMOKYKLINĖ KL.

| DIENOS | PUSRYČIAI | PRIEŠPIEČIAI | PIETŪS | PAVAKARIAI | PAPILDOMI UŽKANDŽIAI |
|----------------|---|--------------|--|---|---|
| PIRMADIENIS | Avižų kruopų košė su sviestu ir cinamonu, sumuštinis (naminė duonelė, sviestas, sūris), čiobrelių arbata | Obuolys | Pupelių sriuba, naminė duonelė, virti kietagrūdžiai makaronai su maltos mėsos (jautiena ir kiauliena) padažu, kopūstų- morkų salotos, švieži agurkai, vanduo. | Varškėtukai, grietinė, sveikuoliškas sausainis ir ramunėlių arbata. | Kibinas su kiauliena |
| ANTRADIENIS | Sausi kukurūzų dribsniai su pienu, sumuštinis (naminė duonelė, sviestas, varškės sūris), vaisinė arbata. | Obuolys | Agurkinė sriuba, grietinė, naminė duonelė, vištienos maltinukas su bulvių koše, burokėlių salotos su žirneliais bei raugintais agurkais su aliejumi, šviežių morkų šiaudeliai, vanduo. | "Amerikietiški" sklindžiai, uogų-jogurto padažas, melisų arbata. | Kruasanas su kumpiu ir sūriu |
| TREČIADIENIS | Virtas kiaušinis, švieži agurkai, kibinas su kiauliena, juoda arbata. | Bananas | Burokėlių sriuba, grietinė, naminė duonelė, kepta vištienos krūtinėlės troškiny su daržovėmis, perlinis kuskusas, špinatų-sūrio padažas, morkų-saulėgrąžų salotos su aliejumi, švieži pomidorai, vanduo. | Varškės ir ryžių kruopų apkepas, grietinė, uogienė, kmynų arbata. | Trikampis sumuštinis su kumpiu ir sūriu |
| KETVIRTADIENIS | Grikių košė, pagardinta sviestu, sumuštinis (naminė duonelė, sviestas, kepta kiaulienos nugarinė), kinrožių arbata. | Obuolys | Raugintų kopūstų sriuba, grietinė, naminė duonelė, žuvies maltinukas su virtomis bulvėmis, agurkų-ridikėlių salotos su aliejumi, morkų šiaudeliai, vanduo. | Pica su daržovėmis ir vištiena, jogurtas, juodoji arbata. | Hamburgeris su plėšyta jautiena |
| PENKTADIENIS | Užkepti sumuštiniai su kumpiu ir sūriu, kakava | Kriaušė | Daržovių sriuba su makaronais, grietinė, naminė duonelė, plovas su kiauliena, gūžinės salotos su agurkais, morkomis bei ridikėliais su aliejumi, rauginti agurkai, vanduo. | Lietiniai blynai su varške, trintos braškės, vanilinis džiovėsėlis, ramunėlių arbata. | Tortilija su lydytu sūriu ir vištiena |