



VDU LICĒJUS  
SOKRATUS

VALGIARAŠTIS (I SAV.) PRIEŠMOKYKLINĒ KL.

DIENOS	PUSRYČIAI	PRIEŠPIEČIAI	PIETŪS	PAVAKARIAI	PAPILDOMI UŽKANDŽIAI
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 suktinukas, bolivinė balanda su špinatais, garinti žalieji žirneliai, švieži pomidorai, vanduo.	Bulviniai virtinukai su varške, grietinė, sveikuoliškas sausainis ir ramunėlių arbata.	Kibinas su kiauliena
ANTRADIENIS	Sausi kukurūzų dribsniai su pienu, sumuštinis (naminė duonelė, sviestas, varškės sūris), vaisinė arbata.	Sezoninių vaisių asorti	Agurkinė sriuba, grietinė, naminė duonelė, kiaulienos – ryžių kukuliukai su bulvių koše ir garintomis daržovėmis, šviežių morkų šiaudeliai, vanduo.	"Amerikietiški" sklandžiai, uogų-jogurto padažas, melisų arbata.	Kruasanas su kumpiu ir sūriu
TREČIADIENIS	Virtas kiaušinis, švieži agurkai, kibinas su kiauliena, juoda arbata.	Sezoninių vaisių asorti	Burokėlių sriuba, grietinė, naminė duonelė, vištienos troškiny, kietagrūdžiai makaronai, morkų- saulėgrąžų salotos su aliejumi, švieži pomidorai, vanduo.	Varškės ir ryžių kruopų apkepas, grietinė, uogienė, kmynų arbata.	Trikampis sumuštinis su vištiena
KETVIRTADIENIS	Grikių košė, pagardinta sviestu, sumuštinis (naminė duonelė, sviestas, kepta kiaulienos nugarinė), kinrožių arbata.	Sezoninių vaisių asorti	Raugintų kopūstų sriuba, grietinė, naminė duonelė, žuvies maltinukas su virtomis bulvėmis, garintos šparaginės pupelės, morkų šiaudeliai, vanduo.	Pica su daržovėmis ir vištiena, jogurtas, juodoji arbata.	Bandelė su dešrele
PENKTADIENIS	Penkių grūdų dribsnių košė su sviestu, pilno grūdo miltų pyragėlis su varške, arbata.	Sezoninių vaisių asorti	Daržovių sriuba su makaronais, grietinė, naminė duonelė, plovas su kiauliena, šviežios salotos su agurkais, pomidorais, paprikomis bei ridikėliais, žolelių užpilas, vanduo.	Lietiniai blynai su varške, trintos braškės, ramunėlių arbata.	Keptas sumuštinis su kumpiu ir sūriu