



VDU LICĒJUS
SOKRATUS

VALGIARAŠTIS (III SAV.) V-X KL.

| DIENOS | PIETŪS | | PAPILDOMI UŽKANDŽIAI | SALOTOS |
|----------------|--|--|--|--|
| | I VAR. | II VAR. | | |
| PIRMADIENIS | Žirņu sriuba, grietinē, naminē duonelē, birūs ryžai su vištienas ir daržoņu padažu su kariu, burokēliņu salotas su pupelēm, raugintais agurkais ir aliejumi, švieži agurkai, vanduo. | Žirņu sriuba, grietinē, naminē duonelē, vištienas piršteliai, burokēliņu salotas su pupelēm ir raugintais agurkais su aliejumi, švieži agurkai, vanduo. | Kibinas su kaiuliena | „Graikiškos“ salotas |
| ANTRADIENIS | Ukrainietišķi barščiai, naminē duonelē, grietinē, maltas kiauļienas kepsnys "Netikras zuikis" su bulvīņu –špinatū koše, agurkū ir pomidorū salotas su natūraliu jogurtu, morkū šiaudeliai, vanduo. | Ukrainietišķi barščiai, naminē duonelē, grietinē, lazanija su mēsa, agurkū ir morkū salotas su natūraliu jogurtu, švieži morkū šiaudeliai, vanduo. | Sluoksniuota bandelē su kumpiu ir sūriu | Salotas su vištiena |
| TREČIADIENIS | Šiupininē sriuba, grietinē, naminē duonelē, lašišos filē kepsnelis su virtomis bulvēm, morkū-agurkū salotas su aliejumi, virta kukurūzo burbuolē, vanduo. | Šiupininē sriuba, grietinē, naminē duonelē, cepelina su mēsa, grietinē, spurgučiai, vanduo. | Trikampis sumuštinis su vištiena ir šonine | Salotas su įvairiomis daržovēm ir mocarela |
| KETVIRTADIENIS | Pupeliņu sriuba su vištienas gabaliukais, grietinē, naminē duonelē, žiediniņu kopūstū kepsnelis, perlinis kuskusas, kopūstū salotas su agurkais ir pomidorais, švieži agurkai, vanduo. | Pupeliņu sriuba su vištienas gabaliukais, grietinē, naminē duonelē, jautienas- kiauļienas maltinukas su agurkais irsvogūnais užkeptas čederio sūriu, ryžai, kopūstū salotas su agurkais ir pomidorais, švieži agurkai, vanduo. | Kruasanas su kumpiu ir sūriu | „Cezario“ salotas |
| PENKTADIENIS | Raugintū kopūstū sriuba, grietinē, naminē duonelē, vištienas iešmeliai su daržoņu ir grikiņu kruopū garnyrū, šviežios salotas su agurkais, pomidorais, ridikēļiais, paprikomis ir žoleliņu padažu, vanduo. | Raugintū kopūstū sriuba, grietinē, naminē duonelē, grill vištienas iešmeliai su daržoņu ir grikiņu kruopū garnyrū, šviežios salotas su agurkais, pomidorais, ridikēļiais, paprikomis ir žoleliņu padažu, vanduo. | Bandelē su dešrele | Salotas su makaronais ir kalakutienos filē |