

VALGIARAŠTIS 2

Pusryčiai	Pietūs	Vakarienė
<p>PIRMADIENIS</p> <p>Grikių kruopų košė Ekologiškas pienas</p> <p><i>Sezoniniai vaisiai/uogos</i></p>	<p>Trinta avinžirnių sriuba Viso grūdo ruginė duona Plovas su kiauliena Kopūstų salotos su alyvuogių aliejumi Stalo vanduo</p>	<p>Lietiniai blynai Trinti obuoliai</p> <p>Nesaldinta vaisinė arbata</p>
<p>ANTRADIENIS</p> <p>Penkių grūdų dribsnių košė su saulėgrąžomis Sumuštinis su sūriu</p> <p><i>Sezoniniai vaisiai/uogos</i> Nesaldinta vaisinė arbata</p>	<p>Rūgštynių sriuba Viso grūdo ruginė duona Kalakutienos maltinukas su morkomis Bulvių košė Sezoninės daržovės Stalo vanduo</p>	<p>Varškės pudingas Trintų uogų ir jogurto padažas</p> <p>Nesaldinta žolelių arbata</p>
<p>TREČIADIENIS</p> <p>Miežinių kruopų košė Trinta varškė</p> <p>Trintas vaisių uogų kokteilis</p>	<p>Žirnių sriuba Pilno grūdo ruginė duona Kapotas vištienos kepsniukas Perlinės kruopos su daržovėmis Daržovių salotos Stalo vanduo</p>	<p>Orkaitėje keptos bulvės Sezoninės daržovės</p> <p>Ekologiškas kefyras</p> <p><i>Sezoniniai vaisiai/uogos</i></p>
<p>KETVIRTADIENIS</p> <p>Kvietinių kruopų košė Sūrio lazdelės</p> <p><i>Sezoniniai vaisiai/uogos</i> Nesaldinta vaisinė arbata</p>	<p>Barščių sriuba su pupelėmis Pilno grūdo ruginė duona Grietinėleje troškinta kalakutiena Bulvių košė Sezoninės daržovės Stalo vanduo</p>	<p>Virti varškėčiai Grietinės sviesto padažas</p> <p>Nesaldinta arbatžolių arbata</p>
<p>PENKTADIENIS</p> <p>Omletas Šviesi duona su sviestu Sezoninės daržovės</p> <p>Nesaldinta žolelių arbata</p>	<p>Šviežių kopūstų sriuba Viso grūdo ruginė duona Žuvies apkepas Virtos bulvės Burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi Stalo vanduo</p>	<p>Avinių dribsnių blynai su obuoliais Natūralus jogurtas</p> <p>Nesaldinta vaisinė arbata</p> <p><i>Sezoniniai vaisiai/uogos</i></p>