



VDU LICĖJUS  
SOKRATUS

## II VALGIARAŠTIS (1-9 kl.)

### Šios savaitės valgiaraštis (III)

	Pusryčiai	Priešpiečiai	Pietūs	Vakarienė
<b>Pirmadienis</b>	Sorų kruopų košė su sviestu ir džiovintais vaisiais, naminė duonelė, varškės - uogų kremas, vaisinė arbata.	Obuolys	Pupelių sriuba su vištienos gabaliukais, grietinė, naminė duonelė, makaronai su vištienos ir daržovių padažu, burokėlių salotos su pupelėmis ir raugintais agurkais su aliejumi, švieži agurkai, vanduo.	Kepti morkų varškėčiai, grietinė, uogienė, ramunėlių arbata.
<b>Antradienis</b>	Virtas kiaušinis, pusrytinė bandelė su sviestu, šviežias agurkas, avižinis sausainis, juodoji arbata.	Bananas	Ukrainietiški barščiai, naminė duonelė, grietinė, lazanija su mėsa, agurkų ir morkų salotos su natūralių jogurtu, morkų šiaudeliai, vanduo.	Bulviniai blynai, grietinė, sezoniniai vaisiai, vaisinė arbata.
<b>Trečiadienis</b>	Sausi kukurūzų dribsniai su pienu, pilno grūdo pusrytinė bandelė, sviestas su žalumynais, sūris, kinrožių arbata.	Kriaušė	Šiupininė sriuba, grietinė, naminė duonelė, cepelinai su mėsa, grietinė, spirgučiai, vanduo.	Varškės pudingas su vaisių padažu, vanilinis džiovėselis, melisų arbata.
<b>Ketvirtadienis</b>	Penkių grūdų dribsnių košė be pieno su sviestu, sumuštinis (naminė duonelė, sviestas, kepta kiaulienos nugarinė), juodoji arbata.	Obuolys	Žirnių sriuba, grietinė, jautienos – kiaulienos maltinukas su agurkais ir svogūnais užkeptas čederio sūriu, ryžiai, kopūstų salotos su agurkais ir pomidorais, švieži agurkai, bananas, vanduo.	Kibinas su vištiena, naminis sultinys su žolelėmis, daržovių šiaudeliai, natūralus jogurtas.
<b>Penktadienis</b>	Avižų kruopų košė be pieno su sviestu ir cinamonu, jogurtas, duoniukas, džiovinti vaisiai, ramunėlių arbata.	Obuolys	Raugintų kopūstų sriuba, grietinė, naminė duonelė, grill vištienos iešmeliai su daržovių ir grikių kruopų garnyru, agurkų ir ridikėlių salotos su aliejumi, morkų šiaudeliai, vanduo.	Koldūnai su mėsa, grietinė, melisų arbata.