

**ŠIAULIŲ LOPŠELIS-DARŽELIS „BITĖ“
INTEGRACINIS VALGIARAŠTIS
I SAVAITĖ**

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
PUSRYČIAI Biri grikių kruopų košė paskaninta alyvuogių aliejumi (A)(T) 100g; 130g; Sūrio lazdelės 20g; 40g; Sezoninis vaisius/uogos 200g; Arbata be cukraus 200g;	PUSRYČIAI Avižiniai pusryčių keksiukai su varške ir bananais ir uogomis 120g; 150g; Sezoninis vaisius/uogos 100g; Pienas 2,5 % 150g;	PUSRYČIAI Pieniška tiršta manų kruopų košė skaninta sviestu (T)100g; 150g; Trintos uogos (braškės) 30g; Sūrio lazdelė 20g;40g; Sezoninis vaisius/uogos 230g; Arbata be cukraus 200g;	PUSRYČIAI Karštas sumuštinis su pomidorų padažu ir fermentiniu sūriu (T) 40g; 50g; Sūrio lazdelė 20g;40g; Sezoninis vaisius/uogos 120g; Arbata be cukraus 200g;	PUSRYČIAI Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu (T) 110g; 150g; Trapučiai 20g; Arbata be cukraus 200g; Sezoninis vaisius/uogos 160g; 200g;
PIETŪS Skaidri kietųjų kviečių makaronų sriuba (T) 100g; 150g; VG duona 30g; Konvekcinėje krosnyje keptas vištienos plokštainis (T) 90g; 100g; Biri ryžių košė (T) 70g; 80g; Daržovių rinkinys (morka, paprika, pomidoras) 90g; 120g; Stalo vanduo 150g;	PIETŪS Trinta moliūgų ir lęšių sriuba su grietinele (T) 100g; 150g; Česnakiniai duoniukai su prieskoniais 20g; Naminis kiaušienos ir jautienos kotletas keptas konvekcinėje krosnyje (T) 70g; 80g; Virtos bulvės (A)(T) 50g;60g; Pekino kopūstų salotos su morkomis, agurkais ir aliejaus, citrinų užpilu 30g; Traškios daržovių lazdelės (agurkai, pomidorai) 30g; Rauginti agurkai 20g Stalo vanduo 150g;	PIETŪS Žirnių sriuba (A)(T) 100g; 150g; VG duona 20g; Smulkintos vištienos ir cukinijų kepsneliai (T) 90g; 120g; Biri grikių košė (A)(T) 70g;80g; Šviežių kopūstų salotos su morkomis, aliejaus užpilu su citrina (augalinis) 40g; 50g; Daržovių rinkinys (morka, paprika, pomidoras) 40g; 50g; Stalo vanduo 150g;	PIETŪS Burokėlių sriuba (A)(T) 100g; 150g; VG duona 20g; Karališki balandėliai su vištienos mėsa ir gamintu pomidorų padažu (T) 110g; 120g; Perlinio kuskuso kruopų košė su sviestu (T) 50 g; 70g; Daržovių rinkinys (agurkai, pomidorai, morka) 80g; 90g; Stalo vanduo 150g;	PIETŪS Baltųjų pupelių sriuba (A)(T) 100g; 150g; Duona 20g; Konvekcinėje krosnyje kepti laišos gabaliukai pagardinti citrinos sultimis (T) 60g; 70g; Bulvių košė su sviestu (T) 50g; 70g; Virtų burokėlių salotos su citrinų-aliejaus užpilu 30g; Švž. daržovių traškios lazdelės (pomidorai, agurkai, paprika) 50g; Stalo vanduo 150g;
VAKARIENĖ „Šokoladiniai“ cukinijų keksiukai (T) 80g;100g; Sezoninis vaisius 50g;70g; Arbata be cukraus 200g;	VAKARIENĖ Kiaušinis duonos lizdelyje (T) 80g;100g; Švž. agurkai 40g; Kons. žirneliai 20g; 30g; Sezoninis vaisius/uogos 150g; Arbata be cukraus 200g;	VAKARIENĖ Varškės vartinukai „Tinginukai“ (T) 90g; 110g; Vanilinis sviesto ir grietinės padažas 20g; Sezoninis vaisius/uogos 50g; Arbata be cukraus 200g;	VAKARIENĖ Pieniška ryžių kruopų sriuba su sviestu (T)130g; 150g; Trupininis obuolių pyragas su avižiniais dribsniais (T) 50g; 70g; Sezoninis vaisius/uogos 80g; Arbata be cukraus 150g;	VAKARIENĖ Varškės apkepas (T) 90g; 120g; Šaldytos uogos (braškės) 20g; Jogurtas 20g; Sezoninis vaisius/uogos 100g; Arbata be cukraus 200g;

*Visi gėrimai pateikti valgiaraštyje patiekiami be pridėtinio cukraus; VG – viso/pilno grūdo; KK – kietųjų kviečių; (T) – tausojantis; (A) – augalinis.

Per savaitę bus dalinami lietuviški obuoliai ir/arba obuolių sultys, morkos bei pienas ir jo produktai (finansuojami pagal „VšĮ Kaimo verslo ir rinkų plėtros agentūros“ programą). Valgiaraštis savaitės eigoje gali nežymiai keistis.

TVIRTINU

Direktore

Ilona Kazlauskienė

**ŠIAULIŲ LOPŠELIS-DARŽELIS „BITĖ“
INTEGRACINIS VALGIARAŠTIS
II SAVAITĖ**

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
PUSRYČIAI Avižinių dribsnių košė pagardinta pienu ir sviestu (T)150g; 180g; Trintos uogos (braškės) 20g; 30g; Arbata be cukraus 200g; Sezoninis vaisius/uogos 200g; 250g;	PUSRYČIAI Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu (T)100g; 150g; Trintos uogos (braškės) 20g; 30g; Sūrio lazdelė 20g; Arbata be cukraus 200g; Sezoninis vaisius/uogos 180g;	PUSRYČIAI Vanilinio skonio ryžių pudingas pagardintas obuolienė su cinamonu ir sviestu (T) 150g; 180g; Sūrio lazdelė 20g;40g;80 Sezoninis vaisius/uogos 100g; 150g; Arbata be cukraus 200g;	PUSRYČIAI Kiaušinienė 80g; 120g; Konservuoti žirneliai 20g; Sumuštinis su sviestu ir fermentiniu sūriu 40g; Sezoninis vaisius/uogos 40g; Arbata be cukraus 200g;	PUSRYČIAI Karštas sumuštinis su fermentiniu sūriu (T) 60g; 80g; Sezoninis vaisius/uogos 115g; Arbata be cukraus 200g;
PIETŪS Šviežių ir raugintų kopūstų sriuba (A)(T) 100g; 150g; VG duona 20g; 30g; Orkaitėje kepta lazanija su jautiena ir "bešamel" padažu (T) 100g; 115g; Švž. daržovių traškios lazdelės (pomidorai, agurkai, paprika) 60g; 80g; Stalo vanduo 150g;	PIETŪS Burokėlių ir pupelių sriuba (A)(T)100g; 150g; VG duona 20g; Plikytų ryžių plovos su kalakutiena (T) 140g; 180g; Rauginti agurkai 40g; Švž. daržovių traškios lazdelės (agurkai, pomidorai) 40g; Stalo vanduo 150g;	PIETŪS Spalvotų daržovių „Vaivorykštės“ sriuba (T)(A) 100g; 150g; VG duona 20g; 30g; Garuose virtas vištienos maltinukas (T) 70g; 80g; Bulgur kruopos su kepintomis paprikomis (T) 70g; 80g; Gūžinės salotos „Iceberg“ su agurku ir citrinos sulčių-aliejaus užpilu (A) 30g; 40g; Švž. daržovių traškios lazdelės (morkos, agurkai, brokolis) 40g; Stalo vanduo 150g;	PIETŪS Burokėlių sriuba su daržovėmis (A)(T)100g; 150g; VG duona 30g; Konvekciniame krosnyje kepti lašišos gabaliukai pagardinti citrinos sultimis (T) 60g; 90g; Bulvių košė su sviestu 50g;70g; Virtų burokėlių ir obuolių salotos su kons. kukurūzais su aliejaus ir citrinų sulčių užpilu 70g;80g; Stalo vanduo 150g;	PIETŪS Baltųjų pupelių sriuba su bulvėmis (A)(T) 100g; 150g; VG duona 20g; 30g; Kietųjų kviečių makaronai su jautiena ir daržovių "Bolognese" padažu (T) 170g; 200g; Daržovių rinkinys: rauginti agurkai, cukinija, agurkai 100g; Stalo vanduo 150g;
VAKARIENĖ Sklindžiai su obuoliais 80g; 100g; Trintos uogos (braškės) 20g; 30g; Sezoninis vaisius/uogos 40g; Pienas 2,5 % 100g;	VAKARIENĖ Mini pica Margarita (T)100g; 120g; Pjaustytas agurkas 60g; Sezoninis vaisius/uogos 40g; Arbata be cukraus 200g;	VAKARIENĖ Kepti varškėčiai (T)100g; 120g; Trintos uogos (braškės) 25g; Natūralus jogurtas 20g; Sezoninis vaisius/uogos 50g; Arbata be cukraus 200g;	VAKARIENĖ Lietiniai blynai su varškės įdaru 120g; 140g; Trintos uogos (braškės) 30g; 50g; Sezoninis vaisius/uogos 80g; Arbata be cukraus 200g;	VAKARIENĖ Varškės ir obuolių apkepas 120g; 150g; Trintos uogos (braškės) 30g; Natūralus jogurtas 30g; Sezoninis vaisius/uogos 80g; Arbata be cukraus 200g;

*Visi gėrimai pateikti valgiaraštyje patiekiami be pridėtinio cukraus; VG – viso/pilno grūdo; KK – kietųjų kviečių; (T) – tausojantis; (A) – augalinis.

Per savaitę bus dalinami lietuviški obuoliai ir/arba obuolių sultys, morkos bei pienas ir jo produktai (finansuojami pagal „VšĮ Kaimo verslo ir rinkų plėtros agentūros“ programą). Valgiaraštis savaitės eigoje gali nežymiai keistis.

UAB „Sanus Cibus“

Rudens-žiemos sezonas 2026-2027m.

**ŠIAULIŲ LOPŠELIS-DARŽELIS „BITĖ“
INTEGRACINIS VALGIARAŠTIS
III SAVAITĖ**

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
PUSRYČIAI Avižinių kruopų košė su bananu ir sviestu (T)(A) 150g; 180g; Trintos uogos (braškės) 30g; Sūrio lazdelės 20g; Arbata be cukraus 200g; Sezoninis vaisius/uogos 100g; 220g;	PUSRYČIAI Omletas su spalvotomis daržovėmis ir sūriu (T) 70g; 90g; Konservuoti žirneliai 30g; Agurkas 30g; VG duona su sviestu 40g; Arbata be cukraus 200g; Sezoninis vaisius/uogos 140g; 180g;	PUSRYČIAI Prancūziško skrebučio stiliaus uogų ir batono apkepas (T) 90g; 120g; Sūrio lazdelė 20g; Sezoninis vaisius/uogos 250g; Arbata be cukraus 200g;	PUSRYČIAI Tiršta grikių kruopų košė skaninta pienu ir sviestu 120g; 140g; Sūrio lazdelė 20g; Arbata be cukraus 200g; Sezoninis vaisius/uogos 110g;	PUSRYČIAI Pieniška tiršta manų kruopų košė paskaninta sviestu ir cinamonu (T) 155g; 180g; Trintos uogos (braškės) 20g; 30g; Arbata be cukraus 200g; Sezoninis vaisius/uogos 100g; 150g;
PIETŪS Burokėlių sriuba su lęšiais (A)(T) 100g; 150g; VG duona 20g; 30g; Krosnyje keptas kiaušienos/jautienos kotletas su tarkuotomis bulvėmis (T); 90g; 100g; Bulvių košė su sviestu 70g; 80g; Iceberg kopūstai 30g; 2-ių rūšių daržovės (agurkai, pomidorai) 70g; 80g; Stalo vanduo 150g;	PIETŪS Šviežių kopūstų sriuba (A)(T) 100g; 150g; VG duona 30g; Virtų bulvių ir kiaušienos mėsos blynai "Žemaičiai" 90g; 120g; Grietinė (30 % rieb.) 12g; 15g; Švž. daržovių traškios lazdelės (morkos, agurkai, paprika) 80g; 100g; Stalo vanduo 150g;	PIETŪS Skaidri kietųjų kviečių makaronų sriuba (A)(T) 100g; 150g; VG duona 20g; 30g; Konvekciniame krosnyje keptos traškios vištienos lazdelės apvoliotos kukurūzų dribsniuose 80g; 90g; Perlinio kuskuso košė pagardinta sviestu 50g; 70g; Švž. kopūstų salotos su paprikomis ir kukurūzais, pagardinta ypač tyru alyvuogių aliejumi (A) 40g; Švž. daržovių traškios lazdelės (rauginti agurkai, agurkai, pomidorai) 40 g; Stalo vanduo 150g;	PIETŪS Ukrainietiški barščiai (A)(T) 100g; 150g; VG duona 20g; 30g; Troškinta kalakutiena su grietine (T) 70g; 100g; Bulvių košė su sviestu (T) 70g; Švž. kopūstų, kukurūzų ir agurkų salotos su alyvuogių aliejumi 40g; Švž. daržovių traškios lazdelės (rauginti agurkai, agurkai, paprika) 60g; Stalo vanduo 150g;	PIETŪS Žirnių sriuba su perlinėmis kruopomis (A)(T) 100g; 150g; VG duona 20g; Lašišos ir daržovių apkepas su bolivine balanda (tausojantis) 90g; 100g; Ryžių košė su kepintomis morkomis ir žaliaisiais žirneliais (T) 50g; 60g; Mišrios lapinės salotos su agurkais, pagardintos jogurtiniu padažu 40g; 50g; Švž. daržovių traškios lazdelės (morkos, agurkai, paprika) 40g; 50g; Stalo vanduo 150g;
VAKARIENĖ Lietiniai blynai 100g; 120g; Trintos uogos (braškės) 20g; Sezoninis vaisius/uogos 70g; Pienas 2,5 % 100g;	VAKARIENĖ Varškės virtinukai (T) 90g; 120g; Grietinės ir sviesto padažas 15g; Sezoninis vaisius/uogos 60g; Arbata be cukraus 200g;	VAKARIENĖ Trinta - plakta varškė su pienu ir grietine 90g; 100g; Trintos uogos (braškės) 30g; 40g; Skrebutis 20g; Sezoninis vaisius/uogos 100g; Arbata be cukraus 200g;	VAKARIENĖ Virti KK makaronai su fermentiniu sūriu 180g; 210g; Švieži agurkai 60g; Sezoninis vaisius/uogos 80g; Arbata be cukraus 200g;	VAKARIENĖ Varškės apkepas 100g; 130g; Trintos uogos (braškės) 30g; Natūralus jogurtas 20g; Sezoninis vaisius/uogos 50g; Arbata be cukraus 200g;

*Visi gėrimai pateikti valgiaraštyje patiekiami be pridėtinio cukraus; VG – viso/pilno grūdo; KK – kietųjų kviečių; (T) – tausojantis; (A) – augalinis.

Per savaitę bus dalinami lietuviški obuoliai ir/arba obuolių sultys, morkos bei pienas ir jo produktai (finansuojami pagal „VŠĮ Kaimo verslo ir rinkų plėtros agentūros“ programą). Valgiaraštis savaitės eigoje gali nežymiai keistis.

UAB „Sanus Cibus“

Rudens-žiemos sezonas 2026-2027m.