

# *Pirmos savaitės valgiaraštis*

## Pirmadienis

1. Tiršta šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis, morkomis, pomidorais 150g.	0,50
2. Troškinta vištienos šlaunelių mėsa 90/30g. + salotos + garnyras	3,80
3. Varškės apkepas 150g. + grietinė/trintos uogos	2,50
4. Kepta paukštienos filė 100g. + salotos + garnyras	3,60
5. Aukštaičių blynai 200g. + trintos uogos	2,70
6. Jūros lydekos filė maltinis su daržovėmis 100g. + salotos + garnyras	3,60

## Antradienis

1. Burokėlių sriuba 150g.	0,50
2. Virti varškėčiai 170g. + grietinė /trintos uogos	2,50
3. Kiaulienos kepsnys 100g. + salotos + garnyras	3,60
4. Mieliniai blynai 180g. + trintos uogos	2,70
5. Kiaulienos guliašas 160g. + salotos + garnyras	3,80
6. Kiaulienos kotletas 100g. + salotos + garnyras	3,60

## Trečiadienis

1. Šviežių kopūstų sriuba 150g.	0,50
2. Kepti varškėčiai 170g. + grietinė/ trintos uogos	2,70
3. Kepta paukštienos filė 100g. + salotos + garnyras	3,60
4. Vištienos maltinis 100g. + salotos + garnyras	3,60
5. Vištienos šašlykas 100g. + salotos + garnyras	3,60
6. Kaimiški blynai 200g. + trintos uogos	2,70

## Ketvirtadienis

1. Ankštinių daržovių sriuba 150g.	0,50
2. Jūros lydekos filė maltinis 100g. + salotos + garnyras	3,60
3. Makaronai su mėsa 300g.	2,50
4. Balandėliai su kiaulienos mėsa 200g. + salotos + garnyras	3,60
5. Lietiniai blynai su sūriu 225g.	2,30
6. Lietiniai blynai su varške 200g. + grietinė/trintos uogos	2,70

## Penktadienis

1. Trinta daržovių sriuba 150g.	0,50
2. Kepta paukštienos filė 100g. + salotos + garnyras	3,60
3. Bulvių plokštainis 300g. + grietinė	3,20
4. Kepti varškėčiai 170g. + grietinė/trintos uogos	2,70
5. Tarkuotų bulvių cepelinai su kiaušiena 300g. + grietinė	3,40
6. Vištienos plovos 180g. + salotos	3,10

Kompleksiniai pietūs 2,40 (pagal pirmos savaitės nemokamo maitinimo valgiaraštį)

**Pastaba: patiekalai savaitės eigoje gali keistis arba būti papildomi.**