**ŠVENČIONIŲ LOPŠELIS-DARŽELIS „GANDRIUKAS“**

**15-OS DIENŲ PERSPEKTYVINIS VALGIARAŠTIS 2019-2020 m. m.**

**4-7 m. amžiaus vaikams**

**I SAVAITĖ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PIRMADIENIS** | **ANTRADIENIS** | **TREČIADIENIS** | **KETVIRTADIENIS** | **PENKTADIENIS** |
| Manų košė su sviestu ir šaldytomis braškėmis, nesaldinta vaisių arbata, kvietiniai trapučiai \* \* \* Švieži vaisiai  \* \* \* Agurkinė sriuba, troškinta vištiena su grietinėle ir daržovėmis, biri grikių košė, obuolių kompotas, viso grūdo juoda duona \* \* \* Skryliai su grietine ir bananais,pienas 2.5%  | Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais, kmynų arbata \* \* \* Vaisiai \* \* \* Žirnių sriuba, kiaulienos maltinukas, bulvių košė su morkomis, sezoninių daržovių rinkinukas, stalo vanduo paskanintas apelsinais, viso grūdo juoda duona \* \* \* Lietiniai su bananais, šaldytomis braškėmis ir natūraliu 3,5% jogurtu,arbata su pienu | Penkių grūdų kruopų košė paskaninta saulėgrąžomis, žalioji arbata  \* \* \* Švieži vaisiai \* \* \* Žiedinių kopūstų sriuba, plovas su vištiena, agurkai su žalumynais, stalo vanduo paskanintas obuoliais, viso grūdo juoda duona \* \* \* Varškės 9% apkepas praturtintas sėlenomis ir kriaušėmis, kefyras | Pieniška kukurūzų kruopų košė su vyšniomis, arbata su citrina \* \* \* Švieži vaisiai \* \* \* Šviežių kopūstų sriuba, kiaulienos guliašas, virtos bulvės, burokėlių ir obuolių salotos su alyvuogių aliejumi, stalo vanduo paskanintas kriaušėmis, juoda viso grūdo duona  \* \* \* Pilno grūdo makaronai su varške 9%, natūralus jogurtas 3.5% su vyšniomis ir kriaušėmis | Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu ir šaldytomis avietėmis, arbata su pienu 2.5% \* \* \* Vaisiai \* \* \* Pupelių sriuba, žuvies maltinis su sviesto-grietinės padažu, virti ryžiai, kopūstų- morkų salotos su alyvuogių aliejumi, stalo vanduo paskanintas citrina, juoda viso grūdo duona  \* \* \* Pieniška makaronų sriuba, juodos duonos sumuštinis su sviestu 82%, kepti obuoliai įdaryti varške 9% |

* Pagal ,,Pavyzdinių ikimokyklinių vaikų ugdymo įstaigų 15 d. perspektyvinių valgiaraščių ir patiekalų receptūrų rinkinį“ valgiaraštį parengė Švenčionių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro sveikatos priežiūros specialistė maitinimo organizavimui.
* Švenčionių lopšelis-darželis „Gandriukas“ dalyvauja VĮ Lietuvos žemės ūkio ir maisto produktų rinkos reguliavimo agentūros vykdomoje paramos programoje **,,Pienas vaikams"**, ir **Europos vaisių vartojimo skatinimo mokyklose programoje.** Vaikų mitybai papildomai skiriama pieno produktų ir šviežių vaisių
* Įstaiga turi teisę vykdyti koregavimo veiksmus bei pakeitimus.
* Valgiaraščio vertinimo pažyma 2018-11-20 Nr. VVP-8259
* Švenčionių VMVT – tel. 8 387 66084