

1 PIRMADIENIS	2017 rugsėjis	Porcijų dydis (g.)	
	4	vaikai	paaugliai
<b>Pusryčiai</b>			
Penkių grūdų košė		200	240
Sumuštinis su virta dešra		50/8/20	60/10/25
Arbata		200	230
<b>Priešpiečiai</b>			
Bandelė, arbata		75/200	90/230
<b>Pietūs</b>			
Pupelių sriuba		250	300
Žuvies kepsniukai		100	
Vištienos guliašas			120/80
Makaronai		120	150
Morkų, porų, obuolių salotos su majonezu		50	60
Pekino kopūstų, agurkų salotos salotos su aliejumi		50	60
Citrinų gėrimas		200	230
<b>Vakarienė</b>			
Varškės apkepas su razinomis		200/20	240/30
Arbata		200	230
Obuoliai		260	300

1 ANTRADIENIS	2017 rugsėjis	Porcijų dydis (g.)		
	4	5	vaikai	paaugliai
<b>Pusryčiai</b>				
Sausi pusryčiai su pienu			60/100	70/120
Sumuštinis su fermentiniu sūriu			50/8/20	60/10/25
Arbata			200	230
<b>Priešpiečiai</b>				
Bandelė, arbata			75/200	90/230
<b>Pietūs</b>				
Bulvienė su šparaginėm pupelėm			250	300
Karališki balandėliai			150/30	
Balandėliai				200/40
Virtos bulvės su sviestu			120	150
Burokėlių mišrainė su aliejum			50	60
Konservuoti agurkai			50	60
Uogų gėrimas			200	230
<b>Vakarienė</b>				
Makaronai su sūrio padažu			200	240
Arbata			200	230
Kriaušės			260	300

<b>1 TREČIADIENIS</b>		<b>2017 rugsėjis</b>	Porcijų dydis (g.)	
<b>Pusryčiai</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	vaikai	paaugliai
Miežinių kruopų košė			200	240
Sumuštinis su varškės sūriu			50/8/20	60/10/25
Arbata			200	230
<b>Priešpiečiai</b>				
Varškės sūrelis, arbata			90/200	100/230
<b>Pietūs</b>				
Pomidorinė daržovių sriuba			250	300
Vištienos maltinukas su špinatais			100/10	
Jautienos befstrogenas				100/60
Grikių košė				120
Morkų, česnako salotos su majonezu			50	60
Šv.kopūstų salotos su aliejum			50	60
Arbatos gėrimas			200	230
<b>Vakarienė</b>				
Bulvės su kefyru ir svogūnų padažu			200/200	230/230
Arbata			200	230
Obuoliai			260	300

<b>1 KETVIRTADIENIS</b>		<b>2017 rugsėjis</b>	Porcijų dydis (g.)	
<b>Pusryčiai</b>	<b>4</b>	<b>7</b>	vaikai	paaugliai
Virtas kiaušinis su majonezu			100	120
Konservuotų žirnelių salotos			50	70
Arbata			200	230
<b>Priešpiečiai</b>				
Bandelė, arbata			75/200	90/230
<b>Pietūs</b>				
Burokėlių sriuba su grybais			250	300
Jautienos kukuliai			100	
Kiaulienos kepsnys				120
Virtos bulvės			120	150
Ridikų salotos su majonezu			50	60
Morkų, razinų salotos su aliejumi			50	60
Obuolių kompotas			200	230
<b>Vakarienė</b>				
Mieliniai blynai su uogiene			150/30	180/40
Arbata			200	230
Bananas			200	230

<b>1 PENKTADIENIS</b>		<b>2017 rugsėjo</b>	Porcijų dydis (g.)	
<b>Pusryčiai</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	vaikai	paaugliai
Manų košė su cinamonu			200	240
Sumuštinis su lydytu sūriu			50/8/20	60/10/25
Arbata			200	230
<b>Priešpiečiai</b>				
Bandelė, arbata			75/200	90/230
<b>Pietūs</b>				
Valstietiška daržovienė			250	300
Keptos vištų šlaunelės			100	120
Ryžiai su morkomis			120	150
Šv. kopūstų, morkų salotos, aliejus.			50	60
Burokėlių porų salotos, majonezas.			50	60
Vyšnių gėrimas			200	230
<b>Vakarienė</b>				
Bulvių, morkų troškiny su jautiena			200	240
Arbata			200	230
Obuoliai			260	300

<b>1 ŠEŠTADIENIS</b>		<b>2017 rugsėjo</b>	Porcijų dydis (g.)	
<b>Pusryčiai</b>	<b>4</b>	<b>9</b>	vaikai	paaugliai
Makaronai su varške			200	240
Sumuštinis su džemu			50/20	60/30
Arbata			200	230
<b>Priešpiečiai</b>				
Javainiai			40/200	60/230
<b>Pietūs</b>				
Raugintų kopūstų sriuba			250	300
Kaimiškas maltinukas			100	120
Virtos bulvės			120	140
Morkų, obuolių salotos, majonezas			50	60
Pekino kopūstų, porų salotos, aliejus			50	60
Egzotinių vaisių kompotas			200	230
<b>Vakarienė</b>				
Koldūnai			200	230
Arbata			200	230
Kiviai			250	300

<b>1 SEKMADIENIS</b>		<b>2017 rugsėjo</b>	Porcijų dydis (g.)	
<b>Pusryčiai</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	vaikai	paaugliai
Ryžių košė su konservuotais egzotiniais vaisiais			200	240
Sumuštinis su varškės sūriu			50/8/20	60/10/25
Arbata			200	230
<b>Priešpiečiai</b>				
Kazinakas su riešutais			40	80
<b>Pietūs</b>				
Bulvienė su mėsos kukuliais			250	300
Žuvies kepsnys			100	120
Bulvių košė			100	150
Šv.kopūstų, porų salotos su aliejumi			50	60
Žirneliai su svogūnais, majonezu			50	60
Džiovintų abrikosų gėrimas			200	230
<b>Vakarienė</b>				
Burokėlių salotos su dešrelėmis			50/100	60/120
Arbata			200	230
Bananai			200	250

<b>2 PIRMADIENIS</b>		<b>2017 rugsėjo</b>	Porcijų dydis (g.)	
<b>Pusryčiai</b>	<b>4</b>	<b>11</b>	vaikai	paaugliai
Avižinių dribsnių košė			200	240
Sumuštinis su virta dešra			50/8/20	60/10/25
Arbata			200	230
<b>Priešpiečiai</b>				
Bandelė, arbata			75/200	90/230
<b>Pietūs</b>				
Žirnių sriuba			250	300
Bulvių plokštainis su varške			200/80	
Kiaulienos guliašas				140
Perlinių kruopų košė			120	150
Žiedinių kopūstų salotos su majonezu			50	60
Baltųjų ridikų morkų salotos su aliejumi			50	60
Vanduo su citrina			200	230
<b>Vakarienė</b>				
Silkė su daržovėmis ir bulvėmis			50/35/50	75/52/75
Arbata			200	230
Obuoliai			260	300

<b>2 ANTRADIENIS</b>		<b>2017 rugsėjo</b>	Porcijų dydis (g.)	
<b>Pusryčiai</b>	<b>4</b>	<b>12</b>	vaikai	paaugliai
Sausi pusryčiai su pienu			60/100	70/120
Sumuštinis su fermentiniu sūriu			50/8/20	60/10/25
Arbata			200	230
<b>Priešpiečiai</b>				
Bandelė, arbata			75/200	90/230
<b>Pietūs</b>				
Kopūstų sriuba su pievagrybiais			250	300
Vištienos kepsniukas su sūriu			100	120
Bulvių, žiedinių kopūstų košė			120	150
Pekino kopūstų salotos su agurkais, aliejumi			50	60
Morkų, kukurūzų salotos su majonezu			50	60
Braškių gėrimas			200	230
<b>Vakarienė</b>				
Makaronai "jūreiviškai" su virta dešra, svogūnais, pomidorai			280	340
Arbata			200	230
Kriaušės			260	300

<b>2 TREČIADIENIS</b>		<b>2017 rugsėjo</b>	Porcijų dydis (g.)	
<b>Pusryčiai</b>	<b>4</b>	<b>13</b>	vaikai	paaugliai
Kukurūzų košė su k. pieno pad.			200	240
Sumuštinis su varškės sūriu			50/8/20	60/10/25
Arbata			200	200
<b>Priešpiečiai</b>				
Varškės sūrelis, arbata			90/200	100/230
<b>Pietūs</b>				
Bulvienė su miežinėmis kruopomis				
Troškinti jautienos kukuliukai pomidorų padaže			250	300
			100/50	
Jautiena troškinta su pupelėmis				120/50
Troškintos daržovės			120	150
Porų salotos su majonezu			50	60
Burokėlių, kons. agurkų salotos su aliejumi			50	60
Kmynų gėrimas			200	230
<b>Vakarienė</b>				
Varškės apkepas			200	230
Arbata			260	300
Obuoliai			260	300

<b>2 KETVIRTADIENIS</b>		<b>2017 rugsėjo</b>	Porcijų dydis (g.)	
<b>Pusryčiai</b>	<b>4</b>	<b>14</b>	vaikai	paaugliai
Virtas kiaušinis su majonezu			80/20/50	100/20/70
Kons.žirnelių salotos			50	70
Arbata			200	230
<b>Priešpiečiai</b>				
Bandelė, arbata			75/200	90/230
<b>Pietūs</b>				
Barščiai su mėsos kukuliais			250	300
Cepelinai su grietinės, sviesto padažu			200/50	
Kepta jūros lydeka (su kaulu)				170
Makaronai su morkomis				150
Šviežių, žiedinių kopūstų, salotos su aliejumi			50	60
Morkų, kukurūzų salotos su majonezu			50	60
Uogų gėrimas			200	230
<b>Vakarienė</b>				
Mieliniai blynai su uogiene			150/30	180/40
Arbata			200	230
Apelsinas			260	300

<b>2 PENKTADIENIS</b>		<b>2017 rugsėjo</b>	Porcijų dydis (g.)	
<b>Pusryčiai</b>	<b>4</b>	<b>15</b>	vaikai	paaugliai
Varškė su razinom, grietine			120/30	150/40
Sumuštinis su lydytu sūriu			50/8/20	60/10/25
Arbata			200	230
<b>Priešpiečiai</b>				
Bandelė, arbata			75/200	90/230
<b>Pietūs</b>				
Pomidorinė daržovių sriuba			250	300
Kiaulienos plovos			100/100	120/130
Konservuoti agurkai			50	60
Burokėlių, porų salotos su aliejum			50	60
Vaisinės arbatos gėrimas			200	230
<b>Vakarienė</b>				
Balta mišrainė su mėsos su dešra			150	180
Arbata			200	230
Kriaušės			260	300

2 ŠEŠTADIENIS	2017 rugsėjo		Porcijų dydis (g.)	
		16	vaikai	paaugliai
<b>Pusryčiai</b>				
Kvietinių kruopų košė			200	300
Sumuštinis su džemu			50/20	60/30
Arbata su pienu			200	230
<b>Priešpiečiai</b>				
Sausainiai			70	100
<b>Pietūs</b>				
Burokėlių sriuba su šparaginėm pupelėm			250	300
Žemaičių blynai			200	230
Sulčių gėrimas			200	230
Obuolys			130	150
Obuoių, agurkų, pupelių salotos			50	60
<b>Vakarienė</b>				
Troškinti kopūstai su mėsa			150/70	200/100
Arbata			200	230
Kiviai			250	300

2 SEKMADIENIS	2017 rugsėjo		Porcijų dydis (g.)	
	4	17	vaikai	paaugliai
<b>Pusryčiai</b>				
Virti varškėčiai			200/30	230/32
Duona su sviestu			50/8	60/10
Arbata			200	230
<b>Priešpiečiai</b>				
Javainiai			40	60
<b>Pietūs</b>				
Pupelių sriuba			250	300
Kiaulienos maltinukas			100	120
Makaronai			100	150
Morkų, porų salotos su majonezu			50	60
Pekino kopūstų, agurkų salotos su aliejum			50	60
Džiovintų ananasų gėrimas			200	230
<b>Vakarienė</b>				
Bulviniai blynai su grietine			200	240
Arbata			200	230
Obuoliai			260	300

<b>3 PIRMADIENIS</b>		<b>2017 rugsėjis</b>		Porcijų dydis (g.)	
<b>Pusryčiai</b>	<b>4</b>	<b>18</b>		vaikai	paaugliai
Trijų grūdų dribsnių košė		200		240	
Sumuštinis su virta dešra		50/8/20		60/10/25	
Arbata		200		230	
<b>Priešpiečiai</b>					
Bandelė, arbata		75/200		90/230	
<b>Pietūs</b>					
Pieniška grikių sriuba		250		300	
Varškės apkepas su grietine		200/30			
Virta troškinta jautiena su daržovėmis				120/80	
Bulvių košė				140	
Rauginti kopūstai		50		60	
Burokėlių salotos su majonezu		50		60	
Uogų gėrimas		200		230	
<b>Vakarienė</b>					
Makaronai su sūriu		200/30		250/40	
Arbata		200		230	
Apelsinai		260		300	

<b>3 ANTRADIENIS</b>		<b>2017 rugsėjis</b>		Porcijų dydis (g.)	
<b>Pusryčiai</b>	<b>4</b>	<b>19</b>		vaikai	paaugliai
Sausi pusryčiai su pienu		60/100		70/120	
Sumuštinis su fermentiniu sūriu		50/8/20		60/10/25	
Arbata su pienu		200		230	
<b>Priešpiečiai</b>					
Bandelė, arbata		75/200		90/230	
<b>Pietūs</b>					
Burokėlių sriuba		250		300	
Koldūnai su sviesto, žalumynų padažu		150/50			
Netikras zuikis				120	
Grikių košė				140	
Baltųjų ridikų salotos su majonezu		50		60	
Marinuoti burokėliai		50		60	
Serbentų gėrimas		200		230	
<b>Vakarienė</b>					
Bulvės su spirgučiais ir kefyru		100/30/200		130/50/230	
Arbata		200		230	
Kriaušės		260		300	



<b>3 TREČIADIENIS</b>		<b>2017 rugsėjo</b>	Porcijų dydis (g.)	
<b>Pusryčiai</b>	<b>4</b>	<b>20</b>	vaikai	paaugliai
<b>Miežinių kruopų košė su sviestu, razinom</b>				
			200	240
<b>Sumuštinis su varškės sūriu</b>				
			50/8/20	60/10/25
<b>Arbata</b>				
			200	230
<b>Priešpiečiai</b>				
<b>Varškės sūrelis, arbata</b>				
			90/200	100/230
<b>Pietūs</b>				
<b>Pomidorinė daržovių sriuba</b>				
			250	300
<b>Jautiena troškinta su kopūstais</b>				
			100/100	
<b>Vištienos kukulis su ryžiais</b>				
				120/80
<b>Bulvių, daržovių troškinys</b>				
			100	150
<b>Morkų, česnako salotos su aliejum</b>				
			50	60
<b>Šv.kopūstų, morkų salotos su majonezu</b>				
			50	60
<b>Vanduo su citrina</b>				
			200	230
<b>Vakarienė</b>				
<b>Sklindžiai su bananais</b>				
			150/30	180/40
<b>Arbata</b>				
			200	230
<b>Obuoliai</b>				
			260	300

<b>3 KETVIRTADIENIS</b>		<b>2017 rugsėjo</b>	Porcijų dydis (g.)	
<b>Pusryčiai</b>	<b>4</b>	<b>21</b>	vaikai	paaugliai
<b>Virtas kiaušinis su majonezu</b>				
			80/20/50	100/20/70
<b>Kons.žirnelių salotos</b>				
			50	70
<b>Arbata</b>				
			200	230
<b>Priešpiečiai</b>				
<b>Bandelė, arbata</b>				
			75/200	90/230
<b>Pietūs</b>				
<b>Agurkinė sriuba</b>				
			250	300
<b>Makaronai su mėsos padažu</b>				
			100/100	
<b>Bulvių plokštainis su kaulienos padažu</b>				
				230
<b>Bananai</b>				
			260	300
<b>Uogų gėrimas</b>				
			200	230
<b>Obulių, marinuotų burokėlių salotos</b>				
			50	60
<b>Vakarienė</b>				
<b>Paukštienos, grikių troškinys</b>				
			50/100	60/120
<b>Pekino kopūstų, agurkų salotos</b>				
			50	60
<b>Arbata</b>				
			200	230
<b>Apelsinas</b>				
			260	300

<b>3 PENKTADIENIS</b>		<b>2017 rugsėjo</b>	Porcijų dydis (g.)	
<b>Pusryčiai</b>	<b>4</b>	<b>22</b>	vaikai	paaugliai
Manų košė su džemu			200/20	240/30
Sumuštinis su lydytu sūriu			50/8/20	60/10/25
Arbata			200	230
<b>Priešpiečiai</b>				
Bandelė, arbata			75/200	90/230
<b>Pietūs</b>				
Kopūstų sriuba su mėsos kukuliais			250	300
Kiaulienos guliašas			100	
Žuvies maltinukas				120
Makaronai su daržovėmis			120	150
Burokėlių, morkų salotos su aliejum			50	60
Morkų, kukurūzų salotos su majonezu			50	60
Arbatos gėrimas			200	230
<b>Vakarienė</b>				
Pica			115/10	125/20
Arbata			200	230
Obuoliai			260	300

<b>3 ŠEŠTADIENIS</b>		<b>2017 rugsėjo</b>	Porcijų dydis (g.)	
<b>Pusryčiai</b>	<b>4</b>	<b>23</b>	vaikai	paaugliai
Varškė su džemu			250	300
Sumuštinis su fermentiniu sūriu			50/8/20	60/10/25
Arbata			200	230
<b>Priešpiečiai</b>				
Javainis			40	60
<b>Pietūs</b>				
Raugintų kopūstų sriuba			250	300
Jautienos kukuliai			100	120
Virtos bulvės su sviestu			120	150
Burokėlių mišrainė su aliejum			50	60
Morkų salotos su majonezu			50	60
Egzotinių vaisių gėrimas			200	230
<b>Vakarienė</b>				
Makaronai su mėsos padažu			200/50	250/80
Arbata			200	230
Bananai			260	300

<b>3 SEKMADIENIS</b>		<b>2017 rugsėjo</b>	<b>Porcijų dydis (g.)</b>	
<b>Pusryčiai</b>	<b>4</b>	<b>24</b>	<b>vaikai</b>	<b>paaugliai</b>
Ryžių košė su vaisiais			250	300
Sumuštinis su džemu			50/8/20	60/10/25
Arbata			200	230
<b>Priešpiečiai</b>				
Kazinakas su saulėgražomis			60	80
<b>Pietūs</b>				
Pieniška perlinių kruopų sriuba			250	300
Virtų bulvių cepelinai			200	230
Pekino kopūstų, paprikos salotos			260	300
Razinų kompotas			200	230
<b>Vakarienė</b>				
Žirnių košė su paukštiena			230/30	300/50
Arbata			200	230
Kiviai			250	300

1 PIRMADIENIS	2017 rugsėjo	Porcijų dydis (g.)	
	25	vaikai	paaugliai
<b>Pusryčiai</b>			
Penkių grūdų košė		200	240
Sumuštinis su virta dešra		50/8/20	60/10/25
Arbata		200	230
<b>Priešpiečiai</b>			
Bandelė, arbata		75/200	90/230
<b>Pietūs</b>			
Pupelių sriuba		250	300
Žuvies kepsniukai		100	
Vištienos guliašas			120/80
Morkų, porų, obuolių salotos su majonezu		50	60
Pekino kopūstų, agurkų salotos salotos su aliejumi		50	60
Citrinų gėrimas		200	230
<b>Vakarienė</b>			
Varškės apkepas su razinomis		200/20	240/30
Arbata		200	230
Obuoliai		260	300

1 ANTRADIENIS	2017 rugsėjo	Porcijų dydis (g.)	
	26	vaikai	paaugliai
<b>Pusryčiai</b> 4			
Sausi pusryčiai su pienu		60/100	70/120
Sumuštinis su fermentiniu sūriu		50/8/20	60/10/25
Arbata		200	230
<b>Priešpiečiai</b>			
Bandelė, arbata		75/200	90/230
<b>Pietūs</b>			
Bulvienė su šparaginėm pupelėm		250	300
Karališki balandėliai		150/30	
Balandėliai			200/40
Virtos bulvės su sviestu		120	150
Burokėlių mišrainė su aliejum		50	60
Konservuoti agurkai		50	60
Uogų gėrimas		200	230
<b>Vakarienė</b>			
Makaronai su sūrio padažu		200	240
Arbata		200	230
Kriaušės		260	300

<b>1 TREČIADIENIS</b>		<b>2017 rugsėjo</b>		Porcijų dydis (g.)	
<b>Pusryčiai</b>	<b>4</b>	<b>27</b>		vaikai	paaugliai
Miežinių kruopų košė		200		240	
Sumuštinis su varškės sūriu		50/8/20		60/10/25	
Arbata		200		230	
<b>Priešpiečiai</b>					
Varškės sūrelis, arbata		90/200		100/230	
<b>Pietūs</b>					
Pomidorinė daržovių sriuba		250		300	
Vištienos maltinukas su špinatais		100/10			
Jautienos befstrogenas				100/60	
Grikių košė				120	
Morkų, česnako salotos su majonezu		50		60	
Šv.kopūstų salotos su aliejum		50		60	
Arbatos gėrimas		200		230	
<b>Vakarienė</b>					
Bulvės su kefyru ir svogūnų padažu		200/200		230/230	
Arbata		200		230	
Obuoliai		260		300	

<b>1 KETVIRTADIENIS</b>		<b>2017 rugsėjo</b>		Porcijų dydis (g.)	
<b>Pusryčiai</b>	<b>4</b>	<b>28</b>		vaikai	paaugliai
Virtas kiaušinis su majonezu		100		120	
Konservuotų žirnelių salotos		50		70	
Arbata		200		230	
<b>Priešpiečiai</b>					
Bandelė, arbata		75/200		90/230	
<b>Pietūs</b>					
Burokėlių sriuba su grybais		250		300	
Jautienos kukuliai		100			
Kiaulienos kepsnys				120	
Virtos bulvės		120		150	
Ridikų salotos su majonezu		50		60	
Morkų, razinų salotos su aliejumi		50		60	
Obuolių kompotas		200		230	
<b>Vakarienė</b>					
Mieliniai blynai su uogiene		150/30		180/40	
Arbata		200		230	
Bananas		200		230	

<b>1 PENKTADIENIS</b>		<b>2017 rugsėjo</b>	Porcijų dydis (g.)	
<b>Pusryčiai</b>	<b>4</b>	<b>29</b>	vaikai	paaugliai
Manų košė su cinamonu			200	240
Sumuštinis su lydytu sūriu			50/8/20	60/10/25
Arbata			200	230
<b>Priešpiečiai</b>				
Bandelė, arbata			75/200	90/230
<b>Pietūs</b>				
Valstietiška daržovienė			250	300
Keptos vištų šlaunelės			100	120
Ryžiai su morkomis			120	150
Šv. kopūstų, morkų salotos, aliejus.			50	60
Burokėlių porų salotos, majonezas.			50	60
Vyšnių gėrimas			200	230
<b>Vakarienė</b>				
Bulvių, morkų troškiny su jautiena			200	240
Arbata			200	230
Obuoliai			260	300

<b>1 ŠEŠTADIENIS</b>		<b>2017 rugsėjo</b>	Porcijų dydis (g.)	
<b>Pusryčiai</b>	<b>4</b>	<b>30</b>	vaikai	paaugliai
Makaronai su varške			200	240
Sumuštinis su džemu			50/20	60/30
Arbata			200	230
<b>Priešpiečiai</b>				
Javainiai			40/200	60/230
<b>Pietūs</b>				
Raugintų kopūstų sriuba			250	300
Kaimiškas maltinukas			100	120
Virtos bulvės			120	140
Morkų, obuolių salotos, majonezas			50	60
Pekino kopūstų, porų salotos, aliejus			50	60
Egzotinių vaisių kompotas			200	230
<b>Vakarienė</b>				
Koldūnai			200	230
Arbata			200	230
Kiviai			250	300

**Alergiją sukeliančios medžiagos ir kokiuose gaminiuose jų yra:**

**Kviečiai, rugiai, miežiai, avižos**

- duonoje, batone, bandelėse, makaronuose, košėse, blynuose, apkepuose, plokštiniuose.

**Kiaušiniai**

- virti kiaušiniai, kepsniai, maltinukai, apkepai, blynai, patiekalai su majonezu, bandelės, batonas.

**Žuvis**

- žuvies maltinukas, kepsniukas, kepta žuvis su kaulu, silkė.

**Riešutai**

bandelėse, javiniuose, kazinakuose

**Pienas ir jo produktai**

- kruopų, bulvių košėse, pieniškoje sriuboje, sumuštiniuose, sūryje miltiniuose ir bulviniuose blynuose, apkepuose, sriubose, troškiniuose, padažuose.

**Salierai**

Sriubose, mėsos, žuvies patiekaluose. Įeina į prieskonių sudėtį.

**Sezamo sėklos**

Kazinakuose, bandelėse.

**Jei esate alergiški, klauskite apie patiekalų sudėtį virėjų.**

**Informuokite mokyklos visuomenės sveikatos specialistę.**