



Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo 8 priedas

**Kauno lopšelis-darželis „Vaidilutė“**

**Draugystės g 5C, Kaunas**

## **15 DIENŲ VALGIARAŠTIS**

**1-3 metų**

Valgiaraštis įsigalioja 2023-09-11

Įstaigos darbo laikas: 7:00 - 19:00 val.



1 savaitė  
Pirmadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Pieniška ilgagrūdžių ryžių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	8869	145/5	6,16	7,03	39,67	246,59
Trintos avietės	5325	20,00	0,24	0,12	3,56	16,26
Bananai	13876	50,00	0,50	0,20	11,70	50,60
Nesaldinta arbatžolių arbata	7785	100,00	0,00	0,01	0,01	0,07
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>6,90</b>	<b>7,35</b>	<b>54,93</b>	<b>313,51</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Pupelių sriuba su salierais, bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	16923	100,00	2,52	2,98	11,17	81,61
Troškinti kiaulienos sprandinės gabaliukai (tausoajntis)	7283	80,00	10,80	18,75	4,75	230,92
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	7055	70,00	1,64	0,08	16,15	71,91
Burokėlių salotos su špinatais ir alyvuogių aliejaus užpilu	16246	80,00	2,32	3,35	3,63	53,92
Vanduo paskanintas apelsiniais	7803	100,00	0,05	0,01	0,59	2,57
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>17,32</b>	<b>25,17</b>	<b>36,28</b>	<b>440,93</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Virti varškėčiai (9 proc. rieb.) (tausojantis)	4820	75/25	18,94	8,94	35,73	299,10
Natūralus jogurtas (3 proc. rieb.)	5332	20,00	0,74	0,60	1,02	12,44
Nesaldinta vaisinė arbata	7789	100,00	0,01	0,01	0,01	0,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>19,68</b>	<b>9,54</b>	<b>36,76</b>	<b>311,62</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>43,91</b>	<b>42,06</b>	<b>127,97</b>	<b>1 066,06</b>



1 savaitė  
Antradienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	8874	150,00	4,47	1,10	24,60	126,20
Sūrio lazdelės 40 poc. rieĸ.	4052	20,00	5,34	4,16	0,08	59,12
Obuoliai	12025	80,00	0,32	0,00	7,92	32,96
Pienas 2,5 proc. rieĸ.	7794	100,00	2,80	2,50	4,70	52,50
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>12,93</b>	<b>7,76</b>	<b>37,30</b>	<b>270,78</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su morkomis ir bulvėmis (tausojantis)	16907	100,00	1,08	1,57	6,60	44,85
Grietinė (sriubai)	5338	5,00	0,13	1,50	0,14	14,56
Garuose kepti lašišos filė kepsneliai (tausojantis)	21192	70,00	16,13	13,73	0,91	191,69
Virti plikyti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	7052	70,00	2,45	0,12	22,51	100,89
Konservuoti agurkai ir paprikų lazdelės	18381	90,00	0,68	0,09	4,10	19,89
Vanduo paskanintas serbentais	7799	100,00	0,07	0,02	0,77	3,54
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>20,53</b>	<b>17,02</b>	<b>35,02</b>	<b>375,43</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Kvietinių miltų blynai su obuoliais	4831	78/22	8,01	9,99	44,17	298,69
Trintos braškės	5328	20,00	0,14	0,08	2,08	9,58
Nesaldinta kminų arbata	7786	100,00	0,17	0,12	0,42	3,48
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,32</b>	<b>10,20</b>	<b>46,67</b>	<b>311,75</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>41,78</b>	<b>34,98</b>	<b>119</b>	<b>957,96</b>



TVIRTINU  
Direktoriė  
Sigita Krasauskienė

*[Handwritten signature]*

1 savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	24016	170,00	4,62	0,29	31,92	148,81
Trintos braškės	5328	20,00	0,14	0,08	2,08	9,58
Karštas sumušinis su batonu, sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.)	3801	25/5/1 5	5,73	8,46	13,72	153,90
Nesaldinta arbatžolių arbata	7785	100,00	0,00	0,01	0,01	0,07
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>10,49</b>	<b>8,83</b>	<b>47,72</b>	<b>312,35</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Vištienos file sultinys su makaronais (tausojantis)	16936	85/15	4,06	3,24	15,08	105,72
Ruginė duona su sėklomis	7421	30,00	2,73	1,23	13,92	77,67
Vištienos file maltinukas (tausojantis)	7916	70,00	17,22	3,11	4,36	114,28
Birūs griekiai (tausojantis) (augalinis)	7043	70,00	3,11	0,77	17,12	87,81
Pekino kopūstų salotos su paprikomis ir agurkais	16281	75,00	0,74	2,60	2,91	38,00
Pomidorai	16287	30,00	0,30	0,12	1,74	9,24
Vanduo	7796	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>28,17</b>	<b>11,06</b>	<b>55,12</b>	<b>432,72</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Omletas (tausojantis)	4493	60,00	7,19	7,58	4,36	114,44
Grietinės (30 proc. rieb.), jogurto (iki 3,8 proc. rieb.) ir konservuotų agurkų padažas	22166	20,00	0,74	2,75	1,21	32,57
Ruginė duona su sėklomis	7421	30,00	2,73	1,23	13,92	77,67
Švieži agurkai	18389	30,00	0,21	0,00	0,84	4,20
Paprikų lazdelės	72843	15,00	0,14	0,03	1,01	4,83
Obuoliai	12025	80,00	0,32	0,00	7,92	32,96
Nesaldinta arbata	7790	100,00	0,01	0,01	0,01	0,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>11,33</b>	<b>11,60</b>	<b>29,26</b>	<b>266,75</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>49,99</b>	<b>31,5</b>	<b>132,1</b>	<b>1 011,81</b>



KARTINU

Kauno

Directore

lopšėelis darželis

Sigita Krasauskienė

"VAIDILUTĖ"

EAUNAS

1 savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Pieniška manų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir cinamonu (tausojantis)	31910	145/5/ 1	6,66	6,39	35,62	226,64
Vynuogės	12028	100,00	0,70	0,20	18,00	76,60
Nesaldinta arbata	7790	100,00	0,01	0,01	0,01	0,09
Iš viso maitinimui:			<b>7,36</b>	<b>6,60</b>	<b>53,62</b>	<b>303,32</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba su morkomis ir bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	16929	100,00	0,80	1,83	5,62	42,18
Ruginė duona su sėklomis	7424	15,00	1,37	0,62	6,96	38,84
Kiaulienos kumpio guliašas (tausojantis)	7274	110,00	13,23	10,62	5,49	170,45
Virti makaronai (tausojantis) (augalinis)	7051	80,00	6,00	1,28	23,20	128,32
Pomidorų ir porų salotos su natūraliu jogurtu (3 proc. rieb.)	16289	80,00	1,25	0,59	4,84	29,70
Švieži agurkai	18389	30,00	0,21	0,00	0,84	4,20
Vanduo	7796	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			<b>22,85</b>	<b>14,94</b>	<b>46,96</b>	<b>413,69</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) apkepas (tausojantis)	4812	87/33	18,68	11,73	21,16	264,95
Trintos vyšnios	5335	20,00	0,18	0,08	2,98	13,34
Nesaldinta kmyņų arbata	7786	100,00	0,17	0,12	0,42	3,48
Iš viso maitinimui:			<b>19,03</b>	<b>11,93</b>	<b>24,56</b>	<b>281,77</b>
Iš viso dienai:			<b>49,25</b>	<b>33,47</b>	<b>125,14</b>	<b>998,78</b>

1 savaitė  
Penktadienis



Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Pieniška avižinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	8884	145/5	6,97	8,30	32,54	232,74
Trintos avietės	5325	20,00	0,24	0,12	3,56	16,26
Vynuogės	12028	100,00	0,70	0,20	18,00	76,60
Nesaldinta kmyņu arbata	7786	100,00	0,17	0,12	0,42	3,48
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,08</b>	<b>8,74</b>	<b>54,52</b>	<b>329,08</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Lęšių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	16914	100,00	3,97	0,65	13,40	75,32
Ruginė duona su sėklomis	7421	30,00	2,73	1,23	13,92	77,67
Vištiesos file kepsnys	8999	80,00	20,76	8,47	9,42	196,96
Kuskusas (tausojantis) (augalinis)	7048	70,00	1,28	0,07	7,75	36,73
Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais ir agurkais	16308	75,00	1,11	2,66	3,83	43,73
Vanduo paskanintas avietėmis	7797	100,00	0,06	0,03	0,64	3,07
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>29,91</b>	<b>13,11</b>	<b>48,96</b>	<b>433,48</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (tausojantis) (augalinis)	7238	120,00	3,53	8,29	32,42	218,36
Konservuoti agurkai	16250	30,00	0,18	0,00	0,72	3,60
Kefyras 2,5 proc. rieb.	7781	124,00	3,20	2,50	4,00	51,30
Kriaušės	63777	60,00	0,18	0,24	9,06	39,12
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,09</b>	<b>11,03</b>	<b>46,20</b>	<b>312,38</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>45,08</b>	<b>32,88</b>	<b>149,68</b>	<b>1 074,94</b>



2 savaitė  
Pirmadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Penkių grūdų kruopų (avių, kviečių, rugių, miežių, grikių) košė (tausojantis) (augalinis)	8881	150,00	4,86	1,04	34,53	166,86
Trintos avietės	5325	20,00	0,24	0,12	3,56	16,26
Sūrio lazdelės 40 poc.rieb.	4052	20,00	5,34	4,16	0,08	59,12
Banantai	13876	50,00	0,50	0,20	11,70	50,60
Nesaldinta vaisinė arbata	7789	100,00	0,01	0,01	0,01	0,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>10,95</b>	<b>5,52</b>	<b>49,87</b>	<b>292,92</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis)	16955	100,00	0,91	2,87	7,47	59,34
Grietinė (sriubai)	5338	5,00	0,13	1,50	0,14	14,56
Skrebučiai	7430	25,00	2,00	0,58	13,35	66,58
Plikytų ryžių plovai su vištienos file (tausojantis)	7915	70/60	16,01	7,64	25,18	233,54
Konservuoti agurkai ir švieži pomidorai	16270	150,00	1,20	0,30	6,15	32,10
Vanduo	7796	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>20,25</b>	<b>12,89</b>	<b>52,29</b>	<b>406,12</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Virti makaronai su varške (9 proc.rieb.) (tausojantis)	4817	95/45	15,80	11,14	35,09	303,81
Nesaldinta arbatžolių arbata	7785	100,00	0,00	0,01	0,01	0,07
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>15,80</b>	<b>11,15</b>	<b>35,10</b>	<b>303,88</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>46,99</b>	<b>29,55</b>	<b>137,25</b>	<b>1 002,92</b>

2 savaitė  
Antradienis



Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Omletas su fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)	1278	55/15	12,43	12,74	4,41	182,01
Pomidorai	16287	30,00	0,30	0,12	1,74	9,24
Ruginė duona su sėklomis	7421	30,00	2,73	1,23	13,92	77,67
Obuoliai	12025	80,00	0,32	0,00	7,92	32,96
Nesaldinta kmyių arbata	7786	100,00	0,17	0,12	0,42	3,48
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>15,95</b>	<b>14,21</b>	<b>28,42</b>	<b>305,36</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Džiovintų žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	16911	100,00	4,17	3,02	15,23	104,75
Jūrinių lydekų file kotletai (tausojantis)	5145	70,00	16,17	6,06	7,41	148,86
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	7055	70,00	1,64	0,08	16,15	71,91
Burokėlių salotos su konservuotais agurkais ir alyvuogių aliejaus užpilu	16245	85,00	2,09	3,32	3,73	53,17
Pomidorai	16287	30,00	0,30	0,12	1,74	9,24
Vanduo paskanintas apelsiniais	7803	100,00	0,05	0,01	0,59	2,57
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>24,41</b>	<b>12,61</b>	<b>44,86</b>	<b>390,51</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Morkų blynėliai (tausojantis)	2958	100,00	8,55	10,16	34,05	261,84
Pienas 2,5 proc. rieb.	7794	100,00	2,80	2,50	4,70	52,50
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>11,35</b>	<b>12,66</b>	<b>38,75</b>	<b>314,34</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>51,71</b>	<b>39,48</b>	<b>112,02</b>	<b>1 010,21</b>





2 savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) i(tausojantis)	9622	145/5	6,64	6,65	33,98	222,34
Kriaušės	63778	140,00	0,42	0,56	21,14	91,28
Nesaldinta arbatžolių arbata	7785	100,00	0,00	0,01	0,01	0,07
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,06</b>	<b>7,22</b>	<b>55,12</b>	<b>313,69</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	16915	100,00	1,72	2,95	14,28	90,58
Ruginė duona su sėklomis	7421	30,00	2,73	1,23	13,92	77,67
Kiaulienos kumpio maltinukas (tausojantis)	7277	70,00	14,11	8,14	4,20	146,50
Bulvių košė (tausojantis)	20163	70,00	1,44	2,77	11,72	77,54
Šviežių kopūstų salotos su morkomis, agurkais	16303	75,00	0,82	1,92	3,78	35,71
Pomidorai	16287	30,00	0,30	0,12	1,74	9,24
Vanduo paskanintas serbentais	7799	100,00	0,07	0,02	0,77	3,54
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>21,19</b>	<b>17,15</b>	<b>50,42</b>	<b>440,78</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) desertas su natūraliu jogurtu (3 proc. rieb.) ir bananais	4813	65/20/ 50	12,25	9,10	18,85	206,31
Trintos braškės	5328	20,00	0,14	0,08	2,08	9,58
Pilno grūdo batonas	7420	25,00	2,00	0,58	13,35	66,58
Nesaldinta arbata	7790	100,00	0,01	0,01	0,01	0,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>14,39</b>	<b>9,76</b>	<b>34,28</b>	<b>282,55</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>42,64</b>	<b>34,13</b>	<b>139,82</b>	<b>1 037,02</b>

2 savaitė  
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Pieniška kukurūzų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	8885	145/5	5,61	6,27	37,23	227,81
Trintos avietės	5325	20,00	0,24	0,12	3,56	16,26
Migdolų drožlės	7417	5,00	1,06	2,79	0,35	30,71
Melionai	12022	80,00	0,32	0,00	4,88	20,80
Nesaldinta kminų arbata	7786	100,00	0,17	0,12	0,42	3,48
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,40</b>	<b>9,30</b>	<b>46,43</b>	<b>299,06</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Avinžirnių sriuba su salierais, bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	16906	100,00	1,99	3,49	13,46	93,15
Lietiniai blynai su varškės (9 proc. rieb.) įdaru	4810	83/37	10,52	10,11	24,85	232,49
Natūralus jogurtas (3 proc. rieb.)	5332	20,00	0,74	0,60	1,02	12,44
Trintos braškės	5328	20,00	0,14	0,08	2,08	9,58
Morkų ir obuolių salotos	16274	100,00	0,75	4,61	10,31	85,76
Švieži agurkai	18389	30,00	0,21	0,00	0,84	4,20
Vanduo	7796	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>14,35</b>	<b>18,89</b>	<b>52,55</b>	<b>437,62</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Makaronų apkepas su jautienos kumpio faršu ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)	7279	90/50	19,61	10,68	30,64	297,16
Konservuoti agurkai	16250	30,00	0,18	0,00	0,72	3,60
Nesaldinta arbatžolių arbata	7785	100,00	0,00	0,01	0,01	0,07
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>19,79</b>	<b>10,69</b>	<b>31,37</b>	<b>300,82</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>41,53</b>	<b>38,88</b>	<b>130,35</b>	<b>1 037,50</b>



VIRTINU  
 Direktorė  
 Sigita Krasauskienė

2 savaitė  
 Penktadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Pieniška manų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	8888	145/5	6,63	6,37	35,10	224,29
Trintos avietės	5325	20,00	0,24	0,12	3,56	16,26
Nesaldinta arbatžolių arbata	7785	100,00	0,00	0,01	0,01	0,07
Bananai	13876	50,00	0,50	0,20	11,70	50,60
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,37</b>	<b>6,70</b>	<b>50,36</b>	<b>291,21</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Rūgštynių sriuba (tausojantis) (augalinis)	16928	100,00	0,74	1,55	6,28	42,00
Ruginė duona su sėklomis	7421	30,00	2,73	1,23	13,92	77,67
Vištienos file troškiny su šaldytomis daržovėmis (morkos, žiediniai kopūstai, žirneliai) ir grietinėle (30-36 proc. rieb.) (tausojantis)	7919	75/33/ 12	17,85	6,56	4,98	150,33
Virti plikyti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	7052	70,00	2,45	0,12	22,51	100,89
Aisbergo salotos su paprikomis ir agurkais	16242	100,00	0,87	2,59	3,74	41,77
Pomidorai	16287	30,00	0,30	0,12	1,74	9,24
Vanduo paskanintas citrinomis	7801	100,00	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>25,00</b>	<b>12,18</b>	<b>53,70</b>	<b>424,42</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) blynai	4807	36/84	14,36	13,70	30,44	302,55
Trintos braškės	5328	20,00	0,14	0,08	2,08	9,58
Nesaldinta arbata	7790	100,00	0,01	0,01	0,01	0,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>14,51</b>	<b>13,79</b>	<b>32,52</b>	<b>312,21</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>46,88</b>	<b>32,66</b>	<b>136,59</b>	<b>1 027,84</b>



3 savaitė  
Pirmadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	24016	170,00	4,62	0,29	31,92	148,81
Sumuštinis su batonu, sviestu (82 proc. rieb.) ir varškės sūriu (22 proc. rieb.)	3811	25/5/1 5	5,55	7,98	13,63	148,50
Obuoliai	63779	40,00	0,16	0,00	3,96	16,48
Nesaldinta vaisinė arbata	7789	100,00	0,01	0,01	0,01	0,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>10,34</b>	<b>8,27</b>	<b>49,52</b>	<b>313,87</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis)	16910	100,00	4,38	2,05	14,40	93,59
Troškinta kiaulienos sprandinė su porais, morkomis ir brokoliais (tausojantis)	7280	60/40	11,33	19,41	3,11	232,47
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	7055	70,00	1,64	0,08	16,15	71,91
Paprikų lazdelės	72843	15,00	0,14	0,03	1,01	4,83
Daržovių asorti (žiediniai kopūstai, pomidorai, agurkai)	72844	100,00	1,32	0,19	4,63	25,49
Vanduo paskanintas avietėmis	7797	100,00	0,06	0,03	0,64	3,07
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>18,86</b>	<b>21,80</b>	<b>39,93</b>	<b>431,37</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	16919	150,00	4,95	6,05	14,39	131,78
Karštas sumuštinis su batonu, sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.)	16959	20/5/1 5	5,33	8,34	11,05	140,58
Apelsinai	12016	80,00	0,72	0,08	9,36	41,04
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>11,00</b>	<b>14,47</b>	<b>34,80</b>	<b>313,40</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>40,19</b>	<b>44,54</b>	<b>124,25</b>	<b>1 058,63</b>



3 savaitė  
Antradienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Omlėtas su fermentiniu (45 proc. rie.) sūriu ir šviežiais krapais (tausojantis)	1281	54/15/ 1	13,01	12,81	8,27	200,46
Konservuoti agurkai	16250	30,00	0,18	0,00	0,72	3,60
Ruginė duona su sėklomis	7424	15,00	1,37	0,62	6,96	38,84
Bananai	13876	50,00	0,50	0,20	11,70	50,60
Nesaldinta kmyų arbata	7786	100,00	0,17	0,12	0,42	3,48
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>15,23</b>	<b>13,75</b>	<b>28,07</b>	<b>296,97</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Trinta žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	16933	100,00	1,06	1,40	7,17	45,52
Lašišos file maltinukas (tausojantis)	4558	70,00	11,73	14,06	5,06	193,66
Virti plikyti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	7052	70,00	2,45	0,12	22,51	100,89
Šviežių kopūstų salotos su morkomis, agurkais	16303	75,00	0,82	1,92	3,78	35,71
Paprikų lazdelės	72843	15,00	0,14	0,03	1,01	4,83
Vanduo	7796	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>16,19</b>	<b>17,53</b>	<b>39,53</b>	<b>380,61</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Bulvių krocketai (tausojantis)	7235	140,00	4,47	3,04	43,62	219,75
Grietinė (30 proc. rie.)	5329	15,00	0,39	4,50	0,41	43,68
Kefyras 2,5 proc. rie.	7781	124,00	3,20	2,50	4,00	51,30
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,06</b>	<b>10,04</b>	<b>48,03</b>	<b>314,73</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>39,48</b>	<b>41,32</b>	<b>115,63</b>	<b>992,31</b>



3 savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	8874	150,00	4,47	1,10	24,60	126,20
Sumuštinis su batonu, sviestu (82 proc. rie.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rie.)	17138	20/4/1 5	5,33	7,52	11,04	133,15
Pienas 2,5 proc. rie.	7794	100,00	2,80	2,50	4,70	52,50
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>12,60</b>	<b>11,12</b>	<b>40,34</b>	<b>311,85</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis)	16925	100,00	0,80	2,78	7,63	58,76
Ruginė duona su sėklomis	7424	15,00	1,37	0,62	6,96	38,84
Kapotos vištienos file kepsniukai (tausojantis)	7911	70,00	18,92	6,76	9,38	174,08
Kuskusas (tausojantis) (augalinis)	7048	70,00	1,28	0,07	7,75	36,73
Troškintos daržovės (žiediniai kopūstai, morkos, žirneliai) su grietinėle (30-36 proc. rie.) (tausojantis)	16304	70/15	1,84	6,32	8,32	97,46
Konservuoti agurkai	16250	30,00	0,18	0,00	0,72	3,60
Vanduo paskanintas citrinomis	7801	100,00	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>24,44</b>	<b>16,56</b>	<b>41,29</b>	<b>411,98</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Lietiniai blynai	4834	80,00	5,11	9,34	28,46	218,35
Trintos avietės	5325	20,00	0,24	0,12	3,56	16,26
Nesaldinta arbata	7790	100,00	0,01	0,01	0,01	0,09
Vynuogės	12028	100,00	0,70	0,20	18,00	76,60
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>6,05</b>	<b>9,67</b>	<b>50,02</b>	<b>311,29</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>43,09</b>	<b>37,35</b>	<b>131,66</b>	<b>1 035,12</b>



3 savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Žirnių košė (tausojantis)	11213	150,00	12,37	3,02	31,21	201,50
Skrebutis su varškės (9 proc. rie.) užtepėle ir žalumynais (krpais, petražolėmis)	17139	20/30/ 5	4,76	3,66	11,96	99,78
Nesaldinta vaisinė arbata	7789	100,00	0,01	0,01	0,01	0,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>17,13</b>	<b>6,68</b>	<b>43,18</b>	<b>301,36</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	16903	100,00	1,61	2,92	13,42	86,39
Grietinė	5338	5,00	0,13	1,50	0,14	14,56
Virtų bulvių blynai su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	7284	110/50	12,60	6,11	29,82	224,65
Natūralus jogurtas (3 proc. rie.)	5332	20,00	0,74	0,60	1,02	12,44
Daržovių asorti (žiediniai kopūstai, pomidorai, agurkai)	72844	100,00	1,32	0,19	4,63	25,49
Kriaušės	12031	80,00	0,24	0,32	12,08	52,16
Vanduo	7796	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>16,64</b>	<b>11,63</b>	<b>61,10</b>	<b>415,70</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Virti varškėčiai (9 proc. rie.) (tausojantis)	4820	75/25	18,94	8,94	35,73	299,10
Natūralus jogurtas (3 proc. rie.)	5332	20,00	0,74	0,60	1,02	12,44
Nesaldinta arbatžolių arbata	7785	100,00	0,00	0,01	0,01	0,07
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>19,68</b>	<b>9,54</b>	<b>36,76</b>	<b>311,60</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>53,45</b>	<b>27,86</b>	<b>141,04</b>	<b>1 028,66</b>



3 savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Pieniška avižinių kruopų košė su sviestu (82 proc.rieb.) (tausojantis)	8884	145/5	6,97	8,30	32,54	232,74
Trintos avietės	5325	20,00	0,24	0,12	3,56	16,26
Pienas 2,5 proc.rieb.	7794	100,00	2,80	2,50	4,70	52,50
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>10,01</b>	<b>10,92</b>	<b>40,79</b>	<b>301,50</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)	66701	100,00	5,58	2,88	14,66	106,84
Ruginė duona su sėklomis	7424	15,00	1,37	0,62	6,96	38,84
Kalakutienos file guliašas (tausojantis)	7908	120,00	13,66	8,13	5,09	148,12
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	7055	70	1,64	0,08	16,15	71,91
Konservuoti agurkai	16250	30,00	0,18	0,00	0,72	3,60
Morkų salotos su česnakais, smulkintomis saulėgrąžomis ir aliejumi (Pat.)	16275	90	1,51	6,65	8,67	100,56
Vanduo paskanintas apelsiniais	7803	100,00	0,05	0,01	0,59	2,57
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>22,61</b>	<b>17,74</b>	<b>45,87</b>	<b>433,6</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Užkepti sumuštiniai su varške (9 proc.rieb.) ir obuoliais (tausojantis)	4811	100,00	7,93	9,86	31,37	245,91
Bananai	13876	50,00	0,50	0,20	11,70	50,60
Nesaldinta kmylių arbata	7786	100,00	0,17	0,12	0,42	3,48
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,60</b>	<b>10,18</b>	<b>43,49</b>	<b>299,99</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>41,22</b>	<b>38,84</b>	<b>130,16</b>	<b>1 035,09</b>



Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo 8 priedas



IVIRTINU  
Direktorė  
Sigita Krasauskienė

2023-08-31

Or. L. B - 74

**Kauno lopšelis-darželis „Vaidilutė“**

**Draugystės g 5C, Kaunas**

## **15 DIENŲ VALGIARAŠTIS**

**3-7 metų**

Valgiaraštis įsigalioja 2023-09-11

Įstaigos darbo laikas: 7:00 - 19:00 val.



1 savaitė  
Pirmadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Pieniška ilgagrūdžių ryžių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	8870	195/5	7,55	7,63	49,64	297,47
Trintos avietės	5326	30,00	0,36	0,18	5,33	24,39
Bananai	12018	60,00	0,60	0,24	14,04	60,72
Nesaldinta arbatžolių arbata	7784	150,00	0,00	0,01	0,01	0,10
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,51</b>	<b>8,06</b>	<b>69,02</b>	<b>382,67</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Pupelių sriuba su salierais, bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	16924	150,00	3,07	3,73	13,08	98,19
Troškinti kiaulienos sprandinės gabaliukai (tausojantis)	7282	95,00	13,70	23,37	5,73	288,03
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	7054	90,00	2,10	0,11	20,69	92,09
Burokėlių salotos su špinatais ir alyvuogių aliejaus užpilu	16247	95,00	2,84	4,11	4,52	66,45
Vanduo paskanintas apelsiniais	7805	150,00	0,07	0,01	0,88	3,85
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>21,78</b>	<b>31,32</b>	<b>44,89</b>	<b>548,60</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Virti varškėčiai (9 proc. rieb.) (tausojantis)	4819	95/25	23,71	11,38	43,16	369,87
Natūralus jogurtas (30 proc. rieb.)	5333	30,00	1,11	0,90	1,53	18,66
Nesaldinta vaisinė arbata	7788	150,00	0,01	0,01	0,01	0,13
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>24,82</b>	<b>12,29</b>	<b>44,70</b>	<b>388,66</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>55,11</b>	<b>51,67</b>	<b>158,61</b>	<b>1 319,93</b>

1 savaitė  
Antradienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	8873	200,00	5,67	1,40	31,19	159,98
Sūrio lazdelės 40 proc.rieb.	4053	20,00	5,34	4,16	0,08	59,12
Obuoliai	12026	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Pienas 2,5 proc.rieb.	7806	200,00	5,60	5,00	9,40	105,00
Iš viso maitinimui:			17,01	10,56	50,57	365,30

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su morkomis ir bulvėmis (tausojantis)	16908	150,00	1,61	2,40	9,89	67,64
Grietinė (30 proc.rieb.)	5337	7,00	0,18	2,10	0,19	20,38
Ruginė duona su sėklomis	7425	20,00	1,82	0,82	9,28	51,78
Garuose keptos Lašišos filė kepsneliai (tausojantis)	21193	80	18,43	16,01	1,05	222
Virti plikyti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	7053	80,00	2,83	0,14	26,01	116,61
Konservuoti agurkai ir paprikų lazdelės	18382	100,00	0,75	0,10	4,55	22,10
Vanduo paskanintas serbentais	7800	150,00	0,11	0,03	1,23	5,66
Iš viso maitinimui:			25,74	21,6	52,2	506,17

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Kvietinių miltų blynai su obuoliais	4832	92/28	9,51	13,85	50,64	365,28
Trintos braškės	5327	30,00	0,21	0,12	3,11	14,37
Nesaldinta kmynų arbata	7787	150,00	0,25	0,18	0,63	5,20
Iš viso maitinimui:			9,98	14,16	54,39	384,85
Iš viso dienai:			2,72	46,31	157,15	1 256,32



1 savaitė  
 Trečiadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	24015	200,00	5,81	0,37	40,17	187,28
Trintos braškės	5327	30,00	0,21	0,12	3,11	14,37
Karštas sumušinis su batonu, sviestu (82 proc.rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc.rieb.)	3802	25/5/15	5,73	8,46	13,72	153,90
Nesaldinta arbatžolių arbata	7784	150,00	0,00	0,01	0,01	0,10
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>11,75</b>	<b>8,95</b>	<b>57,01</b>	<b>355,65</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Vištienos file sultinys su makaronais (tausojantis)	16935	134/16	4,86	4,83	16,37	128,43
Ruginė duona su sėklomis	7425	20,00	1,82	0,82	9,28	51,78
Vištienos file maltinukas (tausojantis)	7917	80,00	21,54	3,88	5,48	143,01
Birūs griķiai (tausojantis) (augalinis)	7044	80,00	3,49	0,86	19,20	98,47
Pekino kopūstų salotos su paprikomis ir agurkais	16280	85,00	0,88	3,57	3,56	49,90
Pomidorai	16285	40,00	0,40	0,16	2,32	12,32
Vanduo	7795	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>32,99</b>	<b>14,13</b>	<b>56,20</b>	<b>483,92</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Omlėtas (tausojantis)	4492	80,00	9,85	10,39	5,22	153,77
Grietinės (30 proc.rieb.), jogurto (iki 3,8 proc.rieb.) ir konservuotų agurkų padažas	22129	30,00	0,95	3,46	1,57	41,16
Ruginė duona su sėklomis	7425	20,00	1,82	0,82	9,28	51,78
Švieži agurkai	18390	40,00	0,28	0,00	1,12	5,60
Paprikos lazdelės	70817	50,00	0,45	0,10	3,35	16,10
Obuoliai	12026	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20

Nesaldinta arbata	7791	150,00	0,01	0,01	0,01	0,13
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>13,76</b>	<b>14,77</b>	<b>30,44</b>	<b>309,74</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>58,51</b>	<b>37,85</b>	<b>143,65</b>	<b>1 149,30</b>



1 savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška manų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir cinamonu (tausojantis)	8887	195/5/1	8,88	7,36	46,2	283,21
Vynuogės	12027	110,00	0,77	0,22	19,80	84,26
Nesaldinta arbata	7791	150,00	0,01	0,01	0,01	0,13
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,66</b>	<b>7,58</b>	<b>66,00</b>	<b>370,86</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba su morkomis ir bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	16930	150,00	1,22	2,20	8,65	59,26
Ruginė duona su sėklomis	7425	20,00	1,82	0,82	9,28	51,78
Kiaulienos kumpio guliašas (tausojantis)	7275	130,00	15,97	13,98	5,80	212,94
Virti makaronai (tausojantis) (augalinis)	7050	100,00	7,88	1,68	30,45	168,42
Pomidorų ir porų salotos su natūraliu jogurtu (3 proc. rieb.)	16291	95,00	1,53	0,73	5,75	35,70
Švieži agurkai	18390	40,00	0,28	0,00	1,12	5,60
Vanduo	7795	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>28,70</b>	<b>19,41</b>	<b>61,05</b>	<b>533,70</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) apkepas (tausojantis)	4811	110/35	23,87	15,36	27,64	344,24
Trintos vyšnios	5334	30,00	0,27	0,12	4,46	20,01
Nesaldinta kmylių arbata	7787	150,00	0,25	0,18	0,63	5,20
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>24,39</b>	<b>15,66</b>	<b>32,74</b>	<b>369,45</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>62,74</b>	<b>42,65</b>	<b>159,79</b>	<b>1 274,00</b>



1 savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Pieniška avižinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	8883	195/5	8,85	9,53	40,62	283,65
Trintos avietės	5326	30,00	0,36	0,18	5,33	24,39
Vynuogės	42373	100,00	0,70	0,20	18,00	76,60
Nesaldinta kmynų arbata	7787	150,00	0,25	0,18	0,63	5,20
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>10,16</b>	<b>10,10</b>	<b>64,58</b>	<b>389,84</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Lęšių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	16913	150,00	5,31	0,88	18,40	102,75
Ruginė duona su sėklomis	7425	20,00	1,82	0,82	9,28	51,78
Vištienos filė kepsnys	9000	90,00	25,09	10,46	12,57	244,78
Kuskusas (tausojantis) (augalinis)	7049	80,00	1,34	0,07	8,10	38,40
Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais ir agurkais	16306	90,00	1,29	3,83	4,55	57,88
Vanduo paskanintas avietėmis	7798	150,00	0,10	0,05	1,02	4,91
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>34,94</b>	<b>16,11</b>	<b>53,93</b>	<b>500,50</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (tausojantis) (augalinis)	7239	150,00	4,21	10,35	38,58	264,24
Konservuoti agurkai	16248	36,00	0,29	0,07	0,99	5,76
Kefyras 2,5 proc. rieb.	7782	100,00	3,20	2,50	4,00	51,30
Kriaušės	29867	100,00	0,30	0,40	15,10	65,20
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,99</b>	<b>13,32</b>	<b>58,67</b>	<b>386,50</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>53,09</b>	<b>39,53</b>	<b>177,18</b>	<b>1 276,84</b>

2 savaitė  
Pirmadienis



Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Penkių grūdų kruopų (avižių, kviečių, rugių, miežių, grikių) košė (tausojantis) (augalinis)	8882	200,00	6,05	1,29	43,97	211,67
Trintos avietės	5326	30,00	0,36	0,18	5,33	24,39
Sūrio lazdelės 40 proc.rieb.	4053	20,00	5,34	4,16	0,08	59,12
Bananai	12018	60,00	0,60	0,24	14,04	60,72
Nesaldinta vaisinė arbata	7788	150,00	0,01	0,01	0,01	0,13
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>12,36</b>	<b>5,88</b>	<b>63,43</b>	<b>356,02</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis)	16931	150,00	1,36	3,75	11,19	83,95
Grietinė (30 proc.rieb.)	5337	7,00	0,18	2,10	0,19	20,38
Skrebučiai	7428	25,00	2,00	0,58	13,35	66,58
Plikytų ryžių plovos su vištienos file (tausojantis)	7914	96/84	22,38	7,69	34,82	298,03
Konservuoti agurkai ir švieži pomidorai	16271	180,00	1,44	0,36	7,38	38,52
Vanduo	7795	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>27,36</b>	<b>14,48</b>	<b>66,93</b>	<b>507,45</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su varške (9 proc.rieb.) (tausojantis)	4818	100/60	19,68	16,47	41,24	391,89
Nesaldinta arbatžolių arbata	7784	150,00	0,00	0,01	0,01	0,10
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>19,68</b>	<b>16,48</b>	<b>41,25</b>	<b>391,98</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>59,39</b>	<b>36,83</b>	<b>171,61</b>	<b>1 255,46</b>





2 savaitė  
Antradienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Omletas su fermentiniu sūriu (45 proc. rieš.) (tausoįantis)	1279	68/22	17,38	17,69	6,27	253,81
Pomidorai	16285	40,00	0,40	0,16	2,32	12,32
Ruginė duona su sėklomis	7425	20,00	1,82	0,82	9,28	51,78
Obuoliai	12026	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Nesaldinta kmynų arbata	7787	150,00	0,25	0,18	0,63	5,20
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>20,25</b>	<b>18,85</b>	<b>28,40</b>	<b>364,31</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Džiovinų žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausoįantis) (augalinis)	16912	150,00	5,73	3,80	19,55	135,31
Jūrinių lydekų filė kotletai (tausoįantis)	5146	90,00	19,50	7,58	9,54	184,37
Virtos bulvės (tausoįantis) (augalinis)	7054	90	2,1	0,11	20,69	92,09
Burokėlių salotos su konservuotais agurkais ir alyvuogių aliejaus užpilu	16244	105,00	2,59	4,08	4,79	66,24
Pomidorai	16285	40,00	0,40	0,16	2,32	12,32
Vanduo paskanintas apelsiniais	7805	150,00	0,07	0,01	0,88	3,85
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>30,39</b>	<b>15,73</b>	<b>57,76</b>	<b>494,18</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Morkų blynėliai (tausoįantis)	2957	120,00	10,20	12,52	40,18	314,18
Pienas 2,5 proc. rieš.	7792	150,00	4,20	3,75	7,05	78,75
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>14,40</b>	<b>16,27</b>	<b>47,23</b>	<b>392,93</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>65,03</b>	<b>50,86</b>	<b>133,39</b>	<b>1 251,42</b>



2 savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	9621	195/5	9,01	7,38	47,34	291,80
Kriaušės	12021	150,00	0,45	0,60	22,65	97,80
Nesaldinta arbatžolių arbata	7784	150,00	0,00	0,01	0,01	0,10
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,46</b>	<b>7,99</b>	<b>70,00</b>	<b>389,70</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	16916	150,00	2,30	3,73	19,21	119,65
Ruginė duona su sėklomis	7425	20,00	1,82	0,82	9,28	51,78
Kiaulienos kumpio maltinukas (tausojantis)	7276	80,00	17,64	10,17	5,28	183,27
Bulvių košė (tausojantis)	20164	90,00	2,24	2,93	18,46	109,10
Šviežių kopūstų salotos su morkomis, agurkais	16302	85,00	1,00	2,75	4,68	47,42
Pomidorai	16285	40,00	0,40	0,16	2,32	12,32
Vanduo paskanintas serbentais	7800	150,00	0,11	0,03	1,23	5,66
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>25,51</b>	<b>20,59</b>	<b>60,46</b>	<b>529,21</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) desertas su natūraliu jogurtu (3 proc. rieb.) ir bananais	4814	80/25/6 5	15,22	12,76	23,84	271,10
Trintos braškės	5327	30,00	0,21	0,12	3,11	14,37
Pilno grūdo batonas	7419	35,00	2,80	0,81	18,69	93,21
Nesaldinta arbata	7791	150,00	0,01	0,01	0,01	0,13
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>18,24</b>	<b>13,69</b>	<b>45,65</b>	<b>378,80</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>53,2</b>	<b>42,27</b>	<b>176,11</b>	<b>1 297,70</b>



2 savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Pieniška kukurūzų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	8886	195/5	7,47	7,00	50,04	293,02
Trintos avietės	5326	30,00	0,36	0,18	5,33	24,39
Migdolų drožlės	7418	5,00	1,06	2,79	0,35	30,71
Melionai	12024	100,00	0,40	0,00	6,10	26,00
Nesaldinta kmylių arbata	7787	150,00	0,25	0,18	0,63	5,20
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,54</b>	<b>10,15</b>	<b>62,45</b>	<b>379,32</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Avinžirnių sriuba su salierais, bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	16905	150,00	2,90	4,60	18,67	127,66
Lietiniai blynai su varškės (9 proc. rieb.) įdaru	4809	90/40	11,40	12,54	28,08	270,81
Natūralus jogurtas (30 proc. rieb.)	5333	30,00	1,11	0,90	1,53	18,66
Trintos braškės	5327	30,00	0,21	0,12	3,11	14,37
Morkų ir obuolių salotos	16276	120,00	0,90	5,99	12,64	108,06
Švieži agurkai	18390	40,00	0,28	0,00	1,12	5,60
Vanduo	7795	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>16,80</b>	<b>24,15</b>	<b>65,15</b>	<b>545,17</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Makaronų apkepas su jautienos kumpio faršu ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)	7278	95/45/2 0	25,53	14,30	39,48	388,72
Konservuoti agurkai	16248	36,00	0,29	0,07	0,99	5,76
Nesaldinta arbatžolių arbata	7784	150,00	0,00	0,01	0,01	0,10
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>25,53</b>	<b>14,31</b>	<b>39,49</b>	<b>388,82</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>51,87</b>	<b>48,61</b>	<b>167,09</b>	<b>1 313,31</b>



2 savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška-manų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	8887	195/5	8,85	7,33	45,48	283,21
Trintos avietės	5326	30,00	0,36	0,18	5,33	24,39
Nesaldinta arbatžolių arbata	7784	150,00	0,00	0,01	0,01	0,10
Bananai	12018	60,00	0,60	0,24	14,04	60,72
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,81</b>	<b>7,75</b>	<b>64,86</b>	<b>368,42</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Rūgštynių sriuba (tausojantis) (augalinis)	16979	150,00	1,11	2,37	9,44	63,55
Ruginė duona su sėklomis	7425	20,00	1,82	0,82	9,28	51,78
Vištienos file troškiny su šaldytais daržovėmis (morkos, žiediniai kopūstai, žirneliai) ir grietinėle- (30-36 proc. rieb.) (tausojantis)	7918	88/46/1 6	21,10	8,52	6,40	186,69
Virti plikyti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	7053	80,00	2,83	0,14	26,01	116,61
Aisbergo salotos su paprikomis ir agurkais	16243	120,00	1,03	3,56	4,40	53,75
Pomidorai	16285	40,00	0,40	0,16	2,32	12,32
Bananai	12018	60,00	0,60	0,24	14,04	60,72
Vanduo paskanintas citrinomis	7802	150,00	0,09	0,02	0,80	3,77
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>28,98</b>	<b>15,83</b>	<b>72,69</b>	<b>549,19</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) blynai	4808	45/105	17,98	16,83	38,73	378,32
Trintos braškės	5327	30,00	0,21	0,12	3,11	14,37
Nesaldinta arbata	7791	150,00	0,01	0,01	0,01	0,13
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>18,20</b>	<b>16,96</b>	<b>41,85</b>	<b>392,81</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>56,99</b>	<b>40,54</b>	<b>179,4</b>	<b>1 310,42</b>



3 savaitė  
Pirmadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	24015	200,00	5,81	0,37	40,17	187,28
Sumuštinis su batonu, sviestu (82 proc. rieב.) ir	3812	25/5/15	5,55	7,98	13,63	148,50
Obuoliai	12026	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Nesaldinta vaisinė arbata	7788	150,00	0,01	0,01	0,01	0,13
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>11,77</b>	<b>8,35</b>	<b>63,71</b>	<b>377,11</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis)	16909	150,00	5,54	2,13	18,82	116,59
ir brokoliais (tausojantis)	7281	73/47	13,84	24,11	3,98	288,21
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	7054	90,00	2,10	0,11	20,69	92,09
Paprikos lazdelės	70817	50,00	0,45	0,10	3,35	16,10
Daržovių asorti (žiediniai kopūstai, pomidorai, agurkai)	72631	100,00	1,32	0,19	4,63	25,49
Vanduo paskanintas avietėmis	7798	150,00	0,10	0,05	1,02	4,91
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>23,33</b>	<b>26,68</b>	<b>52,48</b>	<b>543,39</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	16920	200,00	5,62	7,22	16,80	154,67
Karštas sumuštinis su batonu, sviestu (82 proc. rieב.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieב.)	3802	25/5/15	5,73	8,46	13,72	153,90
Apelsinai	12017	100,00	0,90	0,10	11,70	51,30
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>12,25</b>	<b>15,77</b>	<b>42,22</b>	<b>359,87</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>47,36</b>	<b>50,81</b>	<b>158,42</b>	<b>1 280,36</b>

3 savaitė  
Antradienis



Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Šviežiais krapais (tausojantis)	1280	69/20/1	17,34	17,25	9,11	261,04
Konservuoti agurkai	16248	36,00	0,29	0,07	0,99	5,76
Ruginė duona su sėklomis	7425	20,00	1,82	0,82	9,28	51,78
Bananai	12018	60,00	0,60	0,24	14,04	60,72
Nesaldinta kmyną arbata	7787	150,00	0,25	0,18	0,63	5,20
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>20,30</b>	<b>18,57</b>	<b>34,05</b>	<b>384,50</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Trinta žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	16934	150,00	1,59	2,10	10,74	68,19
Skrebučiai	7428	25,00	2,00	0,58	13,35	66,58
Lašišos file maltinukas (tausojantis)	4557	85,00	14,44	16,71	6,95	235,99
Virti plikyti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	7053	80,00	2,83	0,14	26,01	116,61
Šviežių kopūstų salotos su morkomis, agurkais	16302	85,00	1,00	2,75	4,68	47,42
Paprikos lazdelės	70817	50,00	0,45	0,10	3,35	16,10
Vanduo	7795	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>22,31</b>	<b>22,37</b>	<b>65,08</b>	<b>550,89</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Bulvių krocketai (tausojantis)	7237	170,00	6,06	3,48	60,85	298,92
Grietinė (30 proc. rieb.)	5330	20,00	0,52	6,00	0,54	58,24
Nesaldinta arbata	7791	150,00	0,01	0,01	0,01	0,13
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>6,59</b>	<b>9,48</b>	<b>61,39</b>	<b>357,29</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>49,2</b>	<b>50,42</b>	<b>160,52</b>	<b>1 292,68</b>



3 savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	8873	200,00	5,67	1,40	31,19	159,98
Sumuštinis su batonu, sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.)	3809	25/5/15	5,73	8,46	13,72	153,90
Pienas 2,5 proc. rieb.	7792	150,00	4,20	3,75	7,05	78,75
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>15,60</b>	<b>13,60</b>	<b>51,96</b>	<b>392,62</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis)	16926	150,00	1,03	3,64	9,74	75,87
Grietinė (30 proc. rieb.)	5337	7,00	0,18	2,10	0,19	20,38
Ruginė duona su sėklomis	7425	20,00	1,82	0,82	9,28	51,78
Kapotos vištienos file kepsniukai	7910	80,00	21,82	8,04	14,02	215,68
Kuskusas (tausojantis) (augalinis)	7049	80,00	1,34	0,07	8,10	38,40
Troškintos daržovės (žiediniai kopūstai, morkos, žirneliai) su grietine (30-36 proc. rieb.) (tausojantis)	16305	80/20	2,27	8,30	10,17	124,46
Konservuoti agurkai	16248	36,00	0,29	0,07	0,99	5,76
Vanduo paskanintas citrinomis	7802	150,00	0,09	0,02	0,80	3,77
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>28,84</b>	<b>23,06</b>	<b>53,29</b>	<b>536,11</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Lietiniai blynai	4833	100,00	6,09	14,07	34,97	290,85
Trintos avietės	5326	30,00	0,36	0,18	5,33	24,39
Nesaldinta arbata	7791	150,00	0,01	0,01	0,01	0,13
Vynuogės	30010	100,00	0,70	0,20	18,00	76,60
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,16</b>	<b>14,45</b>	<b>58,31</b>	<b>391,97</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>51,6</b>	<b>51,12</b>	<b>163,56</b>	<b>1 320,70</b>



3 savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Žirnių košė (tausojantis)	11214	200,00	12,39	3,43	31,43	206,14
Skrebutis su varškės (9 proc. rie.) užtepėle ir žalumynais (krpais, petražolėmis)	16961	20/30/5	4,76	3,66	11,96	99,78
Kriaušės	59795	130,00	0,39	0,52	19,63	84,76
Nesaldinta vaisinė arbata	7788	150,00	0,01	0,01	0,01	0,13
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>17,55</b>	<b>7,61</b>	<b>63,02</b>	<b>390,80</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	16904	150,00	2,42	3,85	20,12	124,78
Grietinė (30 proc. rie.)	5337	7,00	0,18	2,10	0,19	20,38
Virtų bulvių blynai su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	7285	140/60	14,92	8,94	34,95	279,96
Natūralus jogurtas (30 proc. rie.)	5333	30,00	1,11	0,90	1,53	18,66
Daržovių asorti (žiediniai kopūstai, pomidorai, agurkai)	72632	200,00	2,63	0,38	9,26	50,98
Vanduo	7795	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>21,26</b>	<b>16,17</b>	<b>66,05</b>	<b>494,77</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Virti varškėčiai (9 proc. rie.) (tausojantis)	4819	95/25	23,71	11,38	43,16	369,87
Natūralus jogurtas (30 proc. rie.)	5333	30,00	1,11	0,90	1,53	18,66
Nesaldinta arbatžolių arbata	7784	150,00	0,00	0,01	0,01	0,10
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>24,82</b>	<b>12,29</b>	<b>44,70</b>	<b>388,63</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>63,63</b>	<b>36,07</b>	<b>173,77</b>	<b>1 274,21</b>





3 savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Pieniška avižinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	8883	195/5	8,85	9,53	40,62	283,65
Trintos aviėtės	5326	30,00	0,36	0,18	5,33	24,39
Nesaldinta vaisinė arbata	7792	150,00	4,20	3,75	7,05	78,75
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,21</b>	<b>9,72</b>	<b>45,96</b>	<b>308,17</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)	65434	150,00	8,37	4,32	21,99	160,26
Kalakutienos file guliašas (tausojantis)	7909	135,00	15,22	9,03	5,75	165,17
Bulvių košė (tausojantis)	7045	120,00	2,60	3,83	21,37	130,39
Morkų salotos su česnakais, smulkintomis saulėgrąžomis ir aliejumi	72633	80,00	1,08	5,40	5,99	76,84
Švieži agurkai	18390	40,00	0,28	0,00	1,12	5,60
Paprikų lazdelės	16279	15,00	0,14	0,03	1,01	4,83
Vanduo paskanintas apelsiniais	7805	150,00	0,07	0,01	0,88	3,85
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>27,75</b>	<b>22,62</b>	<b>58,09</b>	<b>546,94</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalori jos (Kcal.)
Užkepti sumuštiniai su varške (9 proc. rieb.) ir obuoliais (tausojantis)	4811	45/25/2 5	7,93	9,86	31,37	245,91
Bananai	12018	60,00	0,60	0,24	14,04	60,72
Pienas 2,5 proc. rieb.	7792	150,00	4,20	3,75	7,05	78,75
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>12,73</b>	<b>13,85</b>	<b>52,46</b>	<b>385,38</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>49,7</b>	<b>46,18</b>	<b>156,51</b>	<b>1 240,48</b>

I VIRTINU  
Direktorė  
Sigita Krasauskienė



Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo 8 priedas

**Kauno lopšelis-darželis „Vaidilutė“**

**Draugystės g 5C, Kaunas**

## **15 DIENŲ VALGIARAŠTIS**

**Nemokamą maitinimą gaunantiems vaikams**

**Priešmokyklinė grupė**

**5-7 metų**

Valgiaraštis įsigalioja 2023-09-11

Įstaigos darbo laikas: 7:00 - 19:00 val.



1 savaitė  
Pirmadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Pieniška ilgagrūdžių ryžių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	8870	195/5	7,55	7,63	49,64	297,47
Trintos avietės	5326	30,00	0,36	0,18	5,33	24,39
Bananai	12018	60,00	0,60	0,24	14,04	60,72
Nesaldinta arbatžolių arbata	7784	150,00	0,00	0,01	0,01	0,10
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,51</b>	<b>8,06</b>	<b>69,02</b>	<b>382,67</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Pupelių sriuba su salierais, bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	16924	150,00	3,07	3,73	13,08	98,19
Troškinti kiaulienos sprandinės gabaliukai (tausojantis)	7282	95,00	13,70	23,37	5,73	288,03
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	7054	90,00	2,10	0,11	20,69	92,09
Burokėlių salotos su špinatais ir alyvuogių aliejaus užpilu	16247	95,00	2,84	4,11	4,52	66,45
Vanduo paskanintas apelsiniais	7805	150,00	0,07	0,01	0,88	3,85
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>21,78</b>	<b>31,32</b>	<b>44,89</b>	<b>548,6</b>

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Rinkinys (jogurtas + bananai)	16932	205	5,43	4,07	25,10	158,71
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>5,43</b>	<b>4,07</b>	<b>25,10</b>	<b>158,71</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Virti varškėčiai (9 proc. rieb.) (tausojantis)	4819	95/25	23,71	11,38	43,16	369,87
Natūralus jogurtas (30 proc. rieb.)	5333	30,00	1,11	0,90	1,53	18,66
Nesaldinta vaisinė arbata	7788	150,00	0,01	0,01	0,01	0,13
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>24,82</b>	<b>12,29</b>	<b>44,7</b>	<b>388,66</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>60,54</b>	<b>55,74</b>	<b>183,71</b>	<b>1478,64</b>



1 savaitė  
Antradienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	8873	200,00	5,67	1,40	31,19	159,98
Sūrio lazdelės 40 proc.rieb.	4053	20,00	5,34	4,16	0,08	59,12
Obuoliai	12026	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Pienas 2,5 proc.rieb.	7806	200,00	5,60	5,00	9,40	105,00
Iš viso maitinimui:			<b>17,01</b>	<b>10,56</b>	<b>50,57</b>	<b>365,3</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Burokėlių sriuba su morkomis ir bulvėmis (tausojantis)	16908	150,00	1,61	2,40	9,89	67,64
Grietinė (30 proc.rieb.)	5337	7,00	0,18	2,10	0,19	20,38
Ruginė duona su sėklomis		20,00	1,82	0,82	9,28	51,78
Garuose keptos Lašišos filė kepsneliai (tausojantis)	21193	80	18,43	16,01	1,05	222
Virti plikyti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	7053	80,00	2,83	0,14	26,01	116,61
Konservuoti agurkai ir paprikų lazdelės	18382	100,00	0,75	0,10	4,55	22,10
Vanduo paskanintas serbentais	7800	150,00	0,11	0,03	1,23	5,66
Iš viso maitinimui:			<b>25,74</b>	<b>21,6</b>	<b>52,2</b>	<b>506,17</b>

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Vynuogės	17092	190	1,33	0,38	34,20	145,54
Iš viso maitinimui:			1,33	0,38	34,20	145,54

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Kvietinių miltų blynai su obuoliais	4832	92/28	9,51	13,85	50,64	365,28
Trintos braškės	5327	30,00	0,21	0,12	3,11	14,37
Nesaldinta kmyių arbata	7787	150,00	0,25	0,18	0,63	5,20
Iš viso maitinimui:			<b>9,98</b>	<b>14,16</b>	<b>54,39</b>	<b>384,85</b>
Iš viso dienai:			<b>54,06</b>	<b>46,70</b>	<b>191,36</b>	<b>1401,86</b>



1 savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė (tausoįantis) (augalinis)	24015	200,00	5,81	0,37	40,17	187,28
Trintos braškės	5327	30,00	0,21	0,12	3,11	14,37
Karštas sumušinis su batonu, sviestu (82 proc. rieĸ.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieĸ.)	3802	25/5/15	5,73	8,46	13,72	153,90
Nesaldinta arbatžolių arbata	7784	150,00	0,00	0,01	0,01	0,10
Iš viso maitinimui:			11,75	8,95	57,01	355,65

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Vištienos file sultinys su makaronais (tausoįantis)	16935	134/16	4,86	4,83	16,37	128,43
Ruginė duona su sėklomis	7425	20,00	1,82	0,82	9,28	51,78
Vištienos file maltinukas (tausoįantis)	7917	80,00	21,54	3,88	5,48	143,01
Birūs griķiai (tausoįantis) (augalinis)	7044	80,00	3,49	0,86	19,20	98,47
Pekino kopūstų salotos su paprikomis ir agurkais	16280	85,00	0,88	3,57	3,56	49,90
Pomidorai	16285	40,00	0,40	0,16	2,32	12,32
Vanduo	7795	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			32,99	14,13	56,2	483,92

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Sūrio lazdelės (40 proc. rieĸ.)	22255	50	13,35	10,40	0,20	147,80
Iš viso maitinimui:			13,35	10,40	0,20	147,80

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Omletas (tausoįantis)	4492	80,00	9,85	10,39	5,22	153,77
Grietinės (30 proc. rieĸ.), jogurto (iki 3,8 proc. rieĸ.) ir konservuotų agurkų padažas	22129	30,00	0,95	3,46	1,57	41,16
Ruginė duona su sėklomis	7425	20,00	1,82	0,82	9,28	51,78
Švieži agurkai	18390	40,00	0,28	0,00	1,12	5,60
Paprikos lazdelės	70817	50,00	0,45	0,10	3,35	16,10
Obuļiai	12026	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Nesaldinta arbata	7791	150,00	0,01	0,01	0,01	0,13
Iš viso maitinimui:			13,76	14,77	30,44	309,74

	<b>lš viso dienai:</b>	<b>71,85</b>	<b>48,25</b>	<b>143,85</b>	<b>1297,11</b>
--	------------------------	--------------	--------------	---------------	----------------



I VIRTINU  
Direktorė  
Sigita Krasauskienė

1 savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Pieniška manų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir cinamonu (tausojantis)	8887	195/5/1	8,88	7,36	46,2	283,21
Vynuogės	12027	110,00	0,77	0,22	19,80	84,26
Nesaldinta arbata	7791	150,00	0,01	0,01	0,01	0,13
Iš viso maitinimui:			9,66	7,58	66	370,86

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba su morkomis ir bulvėmis (tausojantis) (augalinis)	16930	150,00	1,22	2,20	8,65	59,26
Ruginė duona su sėklomis	7425	20,00	1,82	0,82	9,28	51,78
Kiaulienos kumpio guliašas (tausojantis)	7275	130,00	15,97	13,98	5,80	212,94
Virti makaronai (tausojantis) (augalinis)	7050	100,00	7,88	1,68	30,45	168,42
Pomidorų ir porų salotos su natūraliu jogurtu (3 proc. rieb.)	16291	95,00	1,53	0,73	5,75	35,70
Švieži agurkai	18390	40,00	0,28	0,00	1,12	5,60
Vanduo	7795	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			28,7	19,41	61,05	533,7

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Vaisių rinkinys (vynuogės, apelsinai)	17091	240	1,92	0,36	35,64	153,48
Iš viso maitinimui:			1,92	0,36	35,64	153,48

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) apkepas (tausojantis)	4811	110/35	23,87	15,36	27,64	344,24
Trintos vyšnios	5334	30,00	0,27	0,12	4,46	20,01
Nesaldinta kmylių arbata	7787	150,00	0,25	0,18	0,63	5,20
Iš viso maitinimui:			24,39	15,66	32,74	369,45
Iš viso dienai:			64,67	43,01	195,43	1427,49



1 savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška avižinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	8883	195/5	8,85	9,53	40,62	283,65
Trintos avietės	5326	30,00	0,36	0,18	5,33	24,39
Vynuogės	42373	100,00	0,70	0,20	18,00	76,60
Nesaldinta kmylių arbata	7787	150,00	0,25	0,18	0,63	5,20
Iš viso maitinimui:			10,16	10,1	64,58	389,84

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lešių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	16913	150,00	5,31	0,88	18,40	102,75
Ruginė duona su sėklomis	7425	20,00	1,82	0,82	9,28	51,78
Vištenos filė kepsnys	9000	90,00	25,09	10,46	12,57	244,78
Kuskusas (tausojantis) (augalinis)	7049	80,00	1,34	0,07	8,10	38,40
Žiedinių kopūstų salotos su pomidorais ir agurkais	16306	90,00	1,29	3,83	4,55	57,88
Vanduo paskanintas avietėmis	7798	150,00	0,10	0,05	1,02	4,91
Iš viso maitinimui:			34,94	16,11	53,93	500,5

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Jogurtas natūralus (3 proc. rieb.)	4446	250	9,25	7,50	12,75	155,50
Iš viso maitinimui:			9,25	7,50	12,75	155,50

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (tausojantis) (augalinis)	7239	150,00	4,21	10,35	38,58	264,24
Konservuoti agurkai	16248	36,00	0,29	0,07	0,99	5,76
Kefyras 2,5 proc. rieb.	7782	100,00	3,20	2,50	4,00	51,30
Kriaušės	29867	100,00	0,30	0,40	15,10	65,20
Iš viso maitinimui:			7,99	13,32	58,67	386,5
Iš viso dienai:			62,34	47,03	189,93	1432,34





2 savaitė  
Pirmadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Penkių grūdų kruopų (avižių, kviečių, rugių, miežių, grikių) košė (tausojantis) (augalinis)	8882	200,00	6,05	1,29	43,97	211,67
Trintos avietės	5326	30,00	0,36	0,18	5,33	24,39
Sūrio lazdelės 40 proc.rieb.	4053	20,00	5,34	4,16	0,08	59,12
Bananai	12018	60,00	0,60	0,24	14,04	60,72
Nesaldinta vaisinė arbata	7788	150,00	0,01	0,01	0,01	0,13
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>12,36</b>	<b>5,88</b>	<b>63,43</b>	<b>356,02</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis)	16931	150,00	1,36	3,75	11,19	83,95
Grietinė (30 proc.rieb.)	5337	7,00	0,18	2,10	0,19	20,38
Skrebučiai	7428	25,00	2,00	0,58	13,35	66,58
Plikytų ryžių plovos su vištienos file (tausojantis)	7914	96/84	22,38	7,69	34,82	298,03
Konservuoti agurkai ir švieži pomidorai	16271	180,00	1,44	0,36	7,38	38,52
Vanduo	7795	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>27,36</b>	<b>14,48</b>	<b>66,93</b>	<b>507,45</b>

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bananai	22256	150	1,50	0,60	35,10	151,80
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>1,50</b>	<b>0,60</b>	<b>35,10</b>	<b>151,80</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su varške (9 proc.rieb.) (tausojantis)	4818	100/60	19,68	16,47	41,24	391,89
Nesaldinta arbatžolių arbata	7784	150,00	0,00	0,01	0,01	0,10
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>19,68</b>	<b>16,48</b>	<b>41,25</b>	<b>391,98</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>60,90</b>	<b>37,44</b>	<b>206,71</b>	<b>1407,25</b>



VIRTINŲ  
Direktorė  
Sigita Krastauskienė

2 savaitė  
Antradienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas su fermentiniu sūriu (45 proc. riebi.) (tausojantis)	1279	68/22	17,38	17,69	6,27	253,81
Pomidorai	16285	40,00	0,40	0,16	2,32	12,32
Ruginė duona su sėklomis	7425	20,00	1,82	0,82	9,28	51,78
Obuoliai	12026	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Nesaldinta kmylių arbata	7787	150,00	0,25	0,18	0,63	5,20
Iš viso maitinimui:			20,25	18,85	28,4	364,31

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Džiovintų žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	16912	150,00	5,73	3,80	19,55	135,31
Jūrinių lydekų filė kotletai (tausojantis)	5146	90,00	19,50	7,58	9,54	184,37
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	7054	90	2,1	0,11	20,69	92,09
Burokėlių salotos su konservuotais agurkais ir alyvuogių aliejaus užpilu	16244	105,00	2,59	4,08	4,79	66,24
Pomidorai	16285	40,00	0,40	0,16	2,32	12,32
Vanduo paskanintas apelsiniais	7805	150,00	0,07	0,01	0,88	3,85
Iš viso maitinimui:			30,39	15,73	57,76	494,18

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bananai	22256	150	1,50	0,60	35,10	151,80
Iš viso maitinimui:			1,5	0,6	35,1	151,8

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Morkų blynėliai (tausojantis)	2957	120,00	10,20	12,52	40,18	314,18
Pienas 2,5 proc. riebi.	7792	150,00	4,20	3,75	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			14,4	16,27	47,23	392,93
Iš viso dienai:			66,54	51,45	168,49	1403,22



VIRTINU  
Direktorė  
Sigitė Krassauskienė

2 savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	9621	195/5	9,01	7,38	47,34	291,80
Kriaušės	12021	150,00	0,45	0,60	22,65	97,80
Nesaldinta arbatžolių arbata	7784	150,00	0,00	0,01	0,01	0,10
Iš viso maitinimui:			9,46	7,99	70	389,7

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	16916	150,00	2,30	3,73	19,21	119,65
Ruginė duona su sėklomis	7425	20,00	1,82	0,82	9,28	51,78
Kiaulienos kumpio maltinukas (tausojantis)	7276	80,00	17,64	10,17	5,28	183,27
Bulvių košė (tausojantis)	20164	90,00	2,24	2,93	18,46	109,10
Šviežių kopūstų salotos su morkomis, agurkais	16302	85,00	1,00	2,75	4,68	47,42
Pomidorai	16285	40,00	0,40	0,16	2,32	12,32
Vanduo paskanintas serbentais	7800	150,00	0,11	0,03	1,23	5,66
Iš viso maitinimui:			25,51	20,59	60,46	529,21

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Jogurtas natūralus (3 proc. rieb.)	3075	250	13,00	3,75	15,75	148,75
Iš viso maitinimui:			13,00	3,75	15,75	148,75

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) desertas su natūraliu jogurtu (3 proc. rieb.) ir bananais	4814	80/25/65	15,22	12,76	23,84	271,10
Trintos braškės	5327	30,00	0,21	0,12	3,11	14,37
Pilno grūdo batonas	7419	35,00	2,80	0,81	18,69	93,21
Nesaldinta arbata	7791	150,00	0,01	0,01	0,01	0,13
Iš viso maitinimui:			18,24	13,69	45,65	378,8
Iš viso dienai:			66,21	46,02	191,86	1446,46

2 savaitė  
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška kukurūzų kruopų košė su sviestu (82 proc. riebi.) (tausojantis)	8886	195/5	7,47	7,00	50,04	293,02
Trintos avietės	5326	30,00	0,36	0,18	5,33	24,39
Migdolų drožlės	7418	5,00	1,06	2,79	0,35	30,71
Melionai	12024	100,00	0,40	0,00	6,10	26,00
Nesaldinta kmylių arbata	7787	150,00	0,25	0,18	0,63	5,20
Iš viso maitinimui:			9,54	10,15	62,45	379,32

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avinžirnių sriuba su salierais, bulvėmis ir morkomis (tausojantis) (augalinis)	16905	150,00	2,90	4,60	18,67	127,66
Lietiniai blynai su varškės (9 proc. riebi.) įdaru	4809	90/40	11,40	12,54	28,08	270,81
Natūralus jogurtas (30 proc. riebi.)	5333	30,00	1,11	0,90	1,53	18,66
Trintos braškės	5327	30,00	0,21	0,12	3,11	14,37
Morkų ir obuolių salotos	16276	120,00	0,90	5,99	12,64	108,06
Švieži agurkai	18390	40,00	0,28	0,00	1,12	5,60
Vanduo	7795	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			16,8	24,15	65,15	545,17

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Rinkiny (vynuogės + sūrio lazdelės 40 proc. riebi.)		130	6,11	4,38	19,88	143,38
Iš viso maitinimui:			6,11	4,38	19,88	143,38

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Makaronų apkepas su jautienos kumpio faršu ir fermentiniu sūriu (45 proc. riebi.) (tausojantis)	7278	95/45/20	25,53	14,30	39,48	388,72
Konservuoti agurkai	16248	36,00	0,29	0,07	0,99	5,76
Nesaldinta arbatžolių arbata	7784	150,00	0,00	0,01	0,01	0,10
Iš viso maitinimui:			25,53	14,31	39,49	388,82
Iš viso dienai:			57,98	52,99	186,97	1456,69



2 savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška-manų kruopų košė su sviestu (82 proc. riebi.) (tausojantis)	8887	195/5	8,85	7,33	45,48	283,21
Trintos aviėtės	5326	30,00	0,36	0,18	5,33	24,39
Nesaldinta arbatžolių arbata	7784	150,00	0,00	0,01	0,01	0,10
Bananai	12018	60,00	0,60	0,24	14,04	60,72
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,81</b>	<b>7,75</b>	<b>64,86</b>	<b>368,42</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Rūgštynių sriuba (tausojantis) (augalinis)	16979	150,00	1,11	2,37	9,44	63,55
Ruginė duona su sėklomis	7425	20,00	1,82	0,82	9,28	51,78
Vištienos file troškiny su šaldytomis daržovėmis (morkos, žiediniai kopūstai, žirneliai) ir grietinėle (30-36 proc. riebi.) (tausojantis)	7918	88/46/16	21,10	8,52	6,40	186,69
Virti plikyti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	7053	80,00	2,83	0,14	26,01	116,61
Aisbergo salotos su paprikomis ir agurkais	16243	120,00	1,03	3,56	4,40	53,75
Pomidorai	16285	40,00	0,40	0,16	2,32	12,32
Bananai	12018	60,00	0,60	0,24	14,04	60,72
Vanduo paskanintas citrinomis	7802	150,00	0,09	0,02	0,80	3,77
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>28,98</b>	<b>15,83</b>	<b>72,69</b>	<b>549,19</b>

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Jogurtas natūralus (3 proc. riebi.)	3075	250	13,00	3,75	15,75	148,75
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>13,00</b>	<b>3,75</b>	<b>15,75</b>	<b>148,75</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. riebi.) blynai	4808	45/105	17,98	16,83	38,73	378,32
Trintos braškės	5327	30,00	0,21	0,12	3,11	14,37
Nesaldinta arbata	7791	150,00	0,01	0,01	0,01	0,13
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>18,2</b>	<b>16,96</b>	<b>41,85</b>	<b>392,81</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>69,99</b>	<b>44,29</b>	<b>195,15</b>	<b>1459,17</b>

3 savaitė  
Pirmadienis



Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	24015	200,00	5,81	0,37	40,17	187,28
(22 proc. rieb.)	3812	25/5/15	5,55	7,98	13,63	148,50
Obuoliai	12026	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Nesaldinta vaisinė arbata	7788	150,00	0,01	0,01	0,01	0,13
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>11,77</b>	<b>8,35</b>	<b>63,71</b>	<b>377,11</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis)	16909	150,00	5,54	2,13	18,82	116,59
brokoliais (tausojantis)	7281	73/47	13,84	24,11	3,98	288,21
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	7054	90,00	2,10	0,11	20,69	92,09
Paprikos lazdelės	70817	50,00	0,45	0,10	3,35	16,10
Daržovių asorti (žiediniai kopūstai, pomidorai, agurkai)	72631	100,00	1,32	0,19	4,63	25,49
Vanduo paskanintas avietėmis	7798	150,00	0,10	0,05	1,02	4,91
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>23,33</b>	<b>26,68</b>	<b>52,48</b>	<b>543,39</b>

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Vynuogės	17092	190	1,33	0,38	34,20	145,54
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>1,33</b>	<b>0,38</b>	<b>34,20</b>	<b>145,54</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	16920	200,00	5,62	7,22	16,80	154,67
Karštas sumušinis su batonu, sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.)	3802	25/5/15	5,73	8,46	13,72	153,90
Apelsinai	12017	100,00	0,90	0,10	11,70	51,30
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>12,25</b>	<b>15,77</b>	<b>42,22</b>	<b>359,87</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>48,68</b>	<b>51,18</b>	<b>192,61</b>	<b>1425,91</b>

3 savaitė  
Antradienis



Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
krapai (tausojantis)	1280	69/20/1	17,34	17,25	9,11	261,04
Konservuoti agurkai	16248	36,00	0,29	0,07	0,99	5,76
Ruginė duona su sėklomis	7425	20,00	1,82	0,82	9,28	51,78
Bananai	12018	60,00	0,60	0,24	14,04	60,72
Nesaldinta kmyių arbata	7787	150,00	0,25	0,18	0,63	5,20
Iš viso maitinimui:			20,3	18,57	34,05	384,5

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	16934	150,00	1,59	2,10	10,74	68,19
Skrebučiai	7428	25,00	2,00	0,58	13,35	66,58
Lašišos file maltinukas (tausojantis)	4557	85,00	14,44	16,71	6,95	235,99
Virti plikyti ryžiai (tausojantis) (augalinis)	7053	80,00	2,83	0,14	26,01	116,61
Šviežių kopūstų salotos su morkomis, agurkais	16302	85,00	1,00	2,75	4,68	47,42
Paprikos lazdelės	70817	50,00	0,45	0,10	3,35	16,10
Vanduo	7795	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			22,31	22,37	65,08	550,89

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bananai	22256	150	1,50	0,60	35,10	151,80
Iš viso maitinimui:			1,50	0,60	35,10	151,80

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bulvių krocketai (tausojantis)	7237	170,00	6,06	3,48	60,85	298,92
Grietinė (30 proc. rieb.)	5330	20,00	0,52	6,00	0,54	58,24
Nesaldinta arbata	7791	150,00	0,01	0,01	0,01	0,13
Iš viso maitinimui:			6,59	9,48	61,39	357,29
Iš viso dienai:			50,70	51,02	195,62	1444,48



3 savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Grikių kruopų košė (tausojantis) (augalinis)	8873	200,00	5,67	1,40	31,19	159,98
Sumuštinis su batonu, sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.)	3809	25/5/15	5,73	8,46	13,72	153,90
Pienas 2,5 proc. rieb.	7792	150,00	4,20	3,75	7,05	78,75
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>15,6</b>	<b>13,6</b>	<b>51,96</b>	<b>392,62</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis)	16926	150,00	1,03	3,64	9,74	75,87
Grietinė (30 proc. rieb.)	5337	7,00	0,18	2,10	0,19	20,38
Ruginė duona su sėklomis	7425	20,00	1,82	0,82	9,28	51,78
Kapotos vištienos file kepsniukai	7910	80,00	21,82	8,04	14,02	215,68
Kuskusas (tausojantis) (augalinis)	7049	80,00	1,34	0,07	8,10	38,40
Troškintos daržovės (žiediniai kopūstai, morkos, žirneliai) su grietinėle (30-36 proc. rieb.) (tausojantis)	16305	80/20	2,27	8,30	10,17	124,46
Konservuoti agurkai	16248	36,00	0,29	0,07	0,99	5,76
Vanduo paskanintas citrinomis	7802	150,00	0,09	0,02	0,80	3,77
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>28,84</b>	<b>23,06</b>	<b>53,29</b>	<b>536,11</b>

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Sūrio lazdelės 40 proc. rieb.	12050	50	13,35	10,40	0,20	147,80
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>13,35</b>	<b>10,40</b>	<b>0,20</b>	<b>147,80</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Lietiniai blynai	4833	100,00	6,09	14,07	34,97	290,85
Trintos avietės	5326	30,00	0,36	0,18	5,33	24,39
Nesaldinta arbata	7791	150,00	0,01	0,01	0,01	0,13
Vynuogės	30010	100,00	0,70	0,20	18,00	76,60
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,16</b>	<b>14,45</b>	<b>58,31</b>	<b>391,97</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>64,95</b>	<b>61,51</b>	<b>163,76</b>	<b>1468,50</b>





3 savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių košė (tausojantis)	11214	200,00	12,39	3,43	31,43	206,14
Skrebutis su varškės (9 proc. riebi) užtepėle ir žalumynais (krapai, petražolėmis)	16961	20/30/5	4,76	3,66	11,96	99,78
Kriaušės	59795	130,00	0,39	0,52	19,63	84,76
Nesaldinta vaisinė arbata	7788	150,00	0,01	0,01	0,01	0,13
Iš viso maitinimui:			17,55	7,61	63,02	390,8

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	16904	150,00	2,42	3,85	20,12	124,78
Grietinė (30 proc. riebi)	5337	7,00	0,18	2,10	0,19	20,38
Virtų bulvių blynai su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	7285	140/60	14,92	8,94	34,95	279,96
Natūralus jogurtas (30 proc. riebi)	5333	30,00	1,11	0,90	1,53	18,66
Daržovių asorti (žiediniai kopūstai, pomidorai, agurkai)	72632	200,00	2,63	0,38	9,26	50,98
Vanduo	7795	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			21,26	16,17	66,05	494,77

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Natūralus jogurtas 3 proc. riebi	3075	250	13,00	3,75	15,75	148,75
Iš viso maitinimui:			13,00	3,75	15,75	148,75

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai (9 proc. riebi) (tausojantis)	4819	95/25	23,71	11,38	43,16	369,87
Natūralus jogurtas (30 proc. riebi)	5333	30,00	1,11	0,90	1,53	18,66
Nesaldinta arbatžolių arbata	7784	150,00	0,00	0,01	0,01	0,10
Iš viso maitinimui:			24,82	12,29	44,7	388,63
Iš viso dienai:			76,63	39,82	189,52	1422,95



3 savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Pieniška avižinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	8883	195/5	8,85	9,53	40,62	283,65
Trintos avietės	5326	30,00	0,36	0,18	5,33	24,39
Nesaldinta vaisinė arbata	7792	150,00	4,20	3,75	7,05	78,75
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,21</b>	<b>9,72</b>	<b>45,96</b>	<b>308,17</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)	65434	150,00	8,37	4,32	21,99	160,26
Kalakutienos file guliašas (tausojantis)	7909	135,00	15,22	9,03	5,75	165,17
Bulvių košė (tausojantis)	7045	120,00	2,60	3,83	21,37	130,39
Morkų salotos su česnakais, smulkintomis saulėgrąžomis ir aliejumi	72633	80,00	1,08	5,40	5,99	76,84
Švieži agurkai	18390	40,00	0,28	0,00	1,12	5,60
Paprikų lazdelės	16279	15,00	0,14	0,03	1,01	4,83
Vanduo paskanintas apelsiniais	7805	150,00	0,07	0,01	0,88	3,85
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>27,75</b>	<b>22,62</b>	<b>58,09</b>	<b>546,94</b>

Papildomas maitinimas						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Bananai	22256	150	1,50	0,60	35,10	151,80
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>1,50</b>	<b>0,60</b>	<b>35,10</b>	<b>151,80</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavanden iai	Kilokalorijo s (Kcal.)
Užkepti sumuštiniai su varške (9 proc. rieb.) ir obuoliais (tausojantis)	4811	45/25/25	7,93	9,86	31,37	245,91
Bananai	12018	60,00	0,60	0,24	14,04	60,72
Pienas 2,5 proc. rieb.	7792	150,00	4,20	3,75	7,05	78,75
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>12,73</b>	<b>13,85</b>	<b>52,46</b>	<b>385,38</b>
<b>Iš viso dienai:</b>			<b>51,19</b>	<b>46,79</b>	<b>191,61</b>	<b>1392,29</b>