

Kauno lopšelis - darželis „Vėrinėlis“

Žiemgalių g. 1, Kaunas



15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7m. Priešmokyklinukai
Nemokamas maitinimas

Padėtas taikyti 2022-09-19

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7⁰⁰ iki 19⁰⁰ val.

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Pieniška manų kruopų košė su uogomis (tausojantis)	22737	170/40	7,02	6,19	34,29	220,91
Vaisiai (pagal sezoną, obuoliai)	49667	160	0,64	0	15,84	65,92
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			7,66	6,19	50,13	286,86

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Pupelių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	16150	150	3,46	4,03	14,25	107,15
Ruginė duona	7241	20	1,22	0,2	9,12	43,16
Vištienos krūtinėlės filė kepsneliai (tausojantis)	7555	80	19,25	7,12	6,27	166,2
Biri grikių košė (tausojantis)	8641	70	3,55	3,66	19,43	124,81
Kopūstų, morkų salotos su alyvuogių aliejumi	43142	90	1,05	2,77	6,27	54,23
Daržovių rinkinukas (pagal sezoną - agurkai, paprika)	54232	60	0,5	0,12	2,44	12,84
Vanduo su citrina	7519	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso maitinimui:			29,1	17,92	58,42	511,41

* tiekama kartu su pietumis						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Melionai	29635	180	0,52	0	7,93	33,8
Sūrio lazdelės (40 proc.rieb.)	2847	40	10,68	8,32	0,16	118,24
Iš viso maitinimui:			11,2	8,32	8,09	152,04

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Varškės apkepas (tausojantis) (9 proc.rieb.)	3593	120	17,4	11,37	25,85	275,29
Jogurto (3proc. Rieb.) padažas su vanile	3968	49/1	2,17	1,76	7,44	54,24
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			19,57	13,13	33,29	329,56
Viso dienos:			67,53	45,56	149,93	1279,87

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Pieniška ryžių kruopų košė (2,5 proc. riebus)(tausojantis)	7282	200	6,22	6,43	42,49	252,7
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Vaisiai (pagal sezoną, bananai)	4528	80	0,8	0,32	18,72	80,96
Iš viso maitinimui:			7,02	6,75	61,21	333,69

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Ukrainietiški barščiai su pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	50242	150	3,04	3,19	10,79	84,02
Ruginė duona	7241	20	1,22	0,2	9,12	43,16
Balandėliai su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	23459	40/60	12,69	9,84	11,7	186,14
Jogurto (3 proc. riebus.) - grietinės (30 proc. riebus.) padažas	17475	50	1,48	4,86	2,79	60,78
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	6782	90	2,25	3,23	16,84	105,38
Daržovių salotos (pagal sezoną, pekinas, agurkas, pomidoras)	54250	100	1,15	2,96	4,28	48,36
Vanduo su citrina	7519	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso maitinimui:			21,9	24,3	56,16	530,86

* tiekama kartu su pietumis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energinė vertė (Kcal)
Vaisių asorti (vynuogės, bananai)	39713	160	1,4	0,5	34,06	146,29
Iš viso maitinimui:			1,4	0,5	34,06	146,29

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Varškės spygliukai (tausojantis) (9 proc. riebus.)	14298	200	21,06	10,98	32,15	311,64
Jogurtas (3,8 proc. riebus.)	16680	20	0,86	0,7	1,18	14,46
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			21,92	11,68	33,33	326,13
Visos dienos:			52,24	43,23	184,76	1336,97



1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Pieniška kvietinių kruopų košė (tausojantis)	7308	200	7,54	12,87	37,66	296,61
Vaisiai (pagal sezoną, apelsinai)	48052	140	1,26	0,14	16,38	71,82
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			8,8	13,01	54,04	368,46

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Daržovių sriuba (kalafiorai, žirniai) (augalinis) (tausojantis)	16165	150	4,4	3,66	13,86	106,01
Ruginė duona	7202	40	2,44	0,4	18,24	86,32
Maltas kalakutienos filė šnicelis (tausojantis)	7461	80	17,35	7,09	10,58	175,57
Perlinių kruopų košė (tausojantis)	12548	80	2,21	3,29	17,52	108,5
Daržovių rinkinukas (pagal sezoną - agurkai, paprika)	54232	60	0,5	0,12	2,44	12,84
Morkų lazdelės	15509	80	0,8	0,08	8,32	37,2
Vanduo su citrina	7519	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso maitinimui:			27,77	14,66	71,6	529,46

* tiekama kartu su pietumis						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Ekologiškas jogurtas (3,8 proc.rieb.)	2166	120	5,38	4,38	7,38	90,38
Vynuogės	50469	90	0,61	0,17	15,66	66,64
Iš viso maitinimui:			5,99	4,55	23,04	157,02

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Makaronai su aliejumi ir prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis) (augalinis)	12569	150	8,14	7,47	31,38	225,26
Fermentinis sūris (45 proc.rieb.)	2235	20	4,94	5,04	0,44	66,88
Pienas (2,5 proc.rieb.)	19612	80	2,24	2	3,76	42
Iš viso maitinimui:			15,32	14,51	35,58	334,14
Viso dienos:			57,88	46,73	184,26	1389,08



1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
5-jų grūdų dribsnių košė (tausojantis) (avižos, kviečiai, miežiai, rūgiai, sorų kruopos)	1182	200	7,07	8,42	40,42	265,74
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Vaisiai (pagal sezoną, melionai)	48053	100	0,4	0	6,1	26
Iš viso maitinimui:			7,47	8,42	46,52	291,77

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	50244	150	1,4	2,26	11,82	73,19
Skrebutis	9554	21	1,74	1,3	11,4	64,3
Keptas lašisos file maltinukas (tausojantis)	16123	95	20,45	18,35	5,06	267,23
Virtos bulvės (tausojantis)	17714	90	1,86	1,24	18,27	91,7
Burokėlių salotos su konservuotais agurkais	54251	95	2,15	1,83	3,76	40,04
Vanduo su citrina	7519	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso maitinimui:			27,67	25	50,95	539,48

* tiekama kartu su pietumis						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energinė vertė (Kcal)
Grūdėta varškė su trintomis uogomis (7 proc. rieb.)	3596	110	9,57	5,58	5,72	111,36
Kivi	11149	60	0,54	0,24	8,88	39,84
Iš viso maitinimui:			10,11	5,82	14,6	151,2

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Blynėliai su morkomis	3716	70/40	8,02	10,93	47,86	321,85
Pienas (2,5 proc. rieb.)	19612	80	2,24	2	3,76	42
Iš viso maitinimui:			10,26	12,93	51,62	363,85
Viso dienos:			55,51	52,17	163,69	1346,3



1 savaitė
Penktadienis

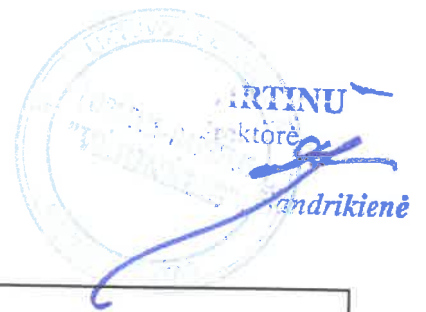
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Pieniška avižų dribsnių košė su cinamonu (tausojantis)	7288	200/2	10,25	14,28	41,28	334,63
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Vaisiai (pagal sezoną, kriaušės)	48054	80	0,24	0,32	12,08	52,16
Iš viso maitinimui:			10,49	14,6	53,36	386,82

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Daržovių sriuba (cukinijų) (augalinis) (tausojantis)	16166	150	1,51	3,86	8,82	76,08
Ruginė duona	7202	40	2,44	0,4	18,24	86,32
Bulvių plokštainis su kiaulienos kumpiu	6953	140/40	11,98	7,92	25,93	222,94
Grietinė (30 proc. rieb.)	17477	30	0,78	9	0,81	87,36
Morkų lazdelės	54624	75	0,75	0,08	7,8	34,88
Daržovių rinkinukas (pagal sezoną - agurkai, pomidorai, ridikėliai)	54252	70	0,61	0,11	4,14	20,02
Vanduo su citrina	7519	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso maitinimui:			18,14	21,39	66,38	530,62

* tiekama kartu su pietumis						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energinė vertė (Kcal)
Vaisių asorti (mandarinai, apelsinai)	15501	300	2,25	0,3	34,2	148,5
Iš viso maitinimui:			2,25	0,3	34,2	148,5

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Pieniška makaronų sriuba (2,5 proc. rieb) (tausojantis)	6478	200	6,27	8,25	19,04	175,47
Viso grūdo batonas su sviestu (82 proc. rieb.)	12200	35/5	2,64	3,54	17,63	112,92
Iš viso maitinimui:			8,91	11,79	36,67	288,39
Viso dienos:			39,79	48,08	190,61	1354,33

2 savaitė
Pirmadienis

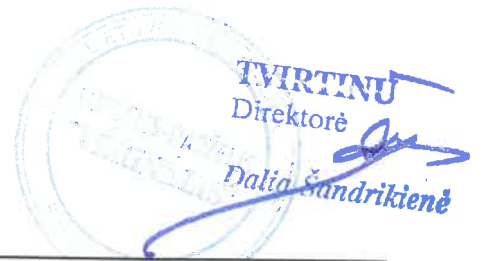


Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Pieniška kukuruzų kruopų košė (tausojantis)	7284	200	6,23	5,53	49,78	273,82
Vaisiai (pagal sezoną, obuoliai)	48040	130	0,52	0	12,87	53,56
Pienas (2,5 proc. rieb.)	19612	80	2,24	2	3,76	42
Viso maitinimui:			8,99	7,53	66,41	369,38

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Daržovių sriuba su šparaginėmis pupelėmis ir žirneliais (tausojantis) (augalinis)	51783	150	1,2	1,87	8,53	55,73
Vištienos krūtinėlės kotletas (tausojantis)	21171	90	16,51	16,49	7,41	244,11
Biri grikių košė (tausojantis)	6773	80	3,04	3,7	16,66	112,08
Kopūstų, agurkų, kukuruzų salotos	54253	100	0,94	1,82	3,1	32,54
Vanduo su citrina	7519	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Viso maitinimui:			21,76	23,9	36,34	447,48

* tiekama kartu su pietumis						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Bandelė	1281	50	3,95	2,3	29,7	155,3
Iš viso maitinimui:			3,95	2,3	29,7	155,3

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Blynėliai su obuoliais	12576	78/22	6,71	12,6	37,73	291,18
Trintos braškės	16678	40	0,28	0,16	6,14	27,12
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			6,99	12,76	43,87	318,33
Viso dienos:			41,69	46,49	176,32	1290,49



2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energinė
Pieniška manų kruopų košė su uogomis (tausojantis)	22737	170/40	6,12	5,66	31,17	200,17
Vaisiai (pagal sezoną, melionai)	48055	130	0,52	0	7,93	33,8
Pienas (2,5 proc. rieb.)	19609	150	4,2	3,75	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			17,1	12,27	32,69	309,58

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis)	50245	150	2,53	4,37	21,91	137,08
Troškintas jautienos kumpis su morkomis (tausojantis)	23464	80/20	18,98	10,44	2,75	180,87
Virtos bulvės (tausojantis)	17714	90	1,86	1,24	18,27	91,7
Kopūstų, morkų salotos su alyvuogių aliejumi	55958	95	1,12	2,77	10,46	71,29
Vanduo	7519	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso maitinimui:			24,56	18,84	54,03	483,96

* tiekama kartu su pietumis						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	vertė (Kcal)
Vaisių asorti (melionai, bananai)	40442	270	1,68	0,4	33,77	145,4
Iš viso maitinimui:			1,68	0,4	33,77	145,4

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Omletas su fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.)(tausojantis)	1010	97/13	15,63	14,74	14,02	251,25
Ruginė duona	12574	30	1,83	0,3	13,68	64,74
Pomidorai	51854	30	0,3	0,12	1,74	9,24
Agurkai	51855	20	0,14	0	0,56	2,8
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			17,9	15,16	30	328,06
Viso dienos:			61,24	46,67	150,49	1267

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Pieniška grikių kruopų košė (tausojantis)	22739	200	8,41	5,07	38,19	231,99
Vaisiai (pagal sezoną, vynuogės)	48056	97	0,68	0,19	17,46	74,3
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			9,09	5,26	55,65	306,32

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Raugintų kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	50632	150	0,65	4,53	4,36	60,8
Ruginė duona	7202	40	2,44	0,4	18,24	86,32
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	6879	80/40	14,26	4,85	36,1	245,1
Grietinė (30 proc. rieb.)- jogurtas (3,8 proc. rieb.)	5166	10/20	1,04	5,03	1,29	54,53
Morkų lazdelės	54624	75	0,75	0,08	7,8	34,88
Konservuoti agurkai	35291	45	0,3	0	1,2	6
Vanduo su citrina	7519	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso maitinimui:			19,51	14,91	69,63	490,65

* tiekama kartu su pietumis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energinė vertė (Kcal)
Sūrio lazdelės (40 proc. rieb.)	2847	40	10,68	8,32	0,16	118,24
Kriaušės	29186	120	0,15	0,2	7,55	32,6
Iš viso maitinimui:			10,83	8,52	7,71	150,84

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Varškės-morkų apkepas (tausojantis) (9 proc.rieb.)	14299	100/50	22,84	14,25	26,45	325,45
Trintos braškės	16678	40	0,28	0,16	6,14	27,12
Natūralus jogurtas (3,8proc. rieb)	3967	20	0,86	0,7	1,18	14,46
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			23,98	15,11	33,77	367,06
Viso dienos:			63,41	43,8	166,76	1314,87



2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Makaronai su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	12569	143/7	8,14	7,47	31,38	225,26
Konservuoti žirneliai	16980	50	2,2	0,15	6,25	35,15
Vaisiai(pagal sezoną, bananai)	48051	100	1	0,4	23,4	101,2
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			11,34	8,02	61,03	361,64

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Žirnių ir perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	50633	200	6,03	3,36	21,28	139,51
Lydekos filė maltinukas (tausojantis)	4290	90	18,54	7,48	9,78	180,55
Biri ryžių košė (tausojantis)	6774	90	2,26	1,8	20,7	108,03
Burokėlių salotos su konservuotais agurkais	54251	95	2,15	1,83	3,76	40,04
Vanduo	7519	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso maitinimui:			29,05	14,49	56,16	471,15

* tiekama kartu su pietumis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energinė vertė (Kcal)
Vaisių asorti (mandarinai, apelsinai)	15501	300	2,25	0,3	34,2	148,5
Iš viso maitinimui:			2,25	0,3	34,2	148,5

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Virti kiaušiniai (tausojantis)	3652	90	9,56	8,21	0,68	114,83
Viso grūdo batonas su sviestu (82 proc. rieb.)	8460	40/5	3,64	6,78	24,09	171,86
Salotos su pomidorais ir agurkais	53220	60	0,48	1,9	2,35	28,38
Pienas (2,5 proc. rieb.)	19609	150	4,2	3,75	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			17,88	20,64	34,17	393,82
Viso dienos:			60,52	43,45	185,56	1375,11

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Pieniška avižių dribsnių košė (tausojantis)	7288	200	10,17	14,22	39,68	327,38
Vaisiai (pagal sezoną, melionai)	19610	200	0,12	0,03	1,07	5,06
Arbata su citrina (be cukraus)	48045	120	0,48	0	7,32	31,2
Iš viso maitinimui:			10,77	14,25	48,07	363,64

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Sviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	50635	150	1,25	3,05	7,51	62,5
Ruginė duona	7241	20	1,22	0,2	9,12	43,16
Makaronai su troškinta vištienos šlaunelių/kumpelių mėsa ir daržovėmis (tausojantis)	13388	85/60/55	18,94	9,93	34,77	304,25
Morkų salotos su česnakais	15510	90	1	3,37	9,68	73,03
Konservuoti žirnėliai	17803	55	2,42	0,17	6,88	38,67
Vanduo	7519	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso maitinimui:			24,9	16,74	68,6	524,63

* tiekama kartu su pietumis						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energinė vertė (Kcal)
Grūdėta varškė su trintomis uogomis (7 proc. riebi.)	2448	117	10,41	6,07	5,91	119,89
Kiviai	11146	50	0,45	0,2	7,4	33,2
Iš viso maitinimui:			10,86	6,27	13,31	153,09

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			g	g	g	vertė (Kcal)
Pieniška ryžių sriuba (tausojantis)	12172	170	4,21	6,46	16,75	141,99
sumuštinis su sviestu (82 proc. riebi.) fermentiniu sūriu (45 proc. riebi.)	2799	50/5/18	7,52	9,14	23,24	205,25
Iš viso maitinimui:			11,73	15,6	39,99	347,24
Viso dienos:			58,26	52,86	169,97	1388,6

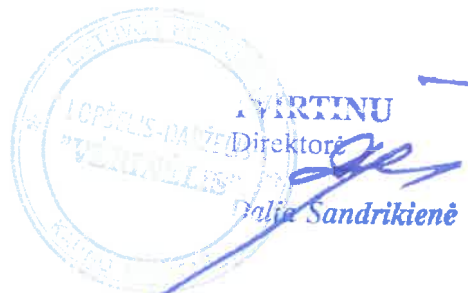
3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Kuskuso kruopų košė su sviestu (82 proc. rie.) (tausojantis)	22740	195/5	2,88	4,25	19,28	126,87
Trintos braškės	16678	40	0,28	0,16	6,14	27,12
Vaisiai (pagal sezoną, apelsinai)	48052	140	1,26	0,14	16,38	71,82
Pienas (2,5 proc. rie.)	19611	200	3,86	3,3	6,79	72,28
Iš viso maitinimui:			8,28	7,85	48,59	298,09

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Daržovių trinta sriuba (brokoliai, paprika) (augalinis) (tausojantis)	50636	150	1,24	6,13	6,93	87,85
Batonas	9554	21	1,74	1,3	11,4	64,3
Plovas su kalakutienos file (tausojantis)	27905	102/68	17,45	11,08	35,32	310,75
Daržovių rinkinukas (pagal sezoną - agurkai, paprika)	54627	115	0,84	0,1	4,91	23,9
Morkų lazdelės	54624	75	0,75	0,08	7,8	34,88
Vanduo su citrina	7519	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso maitinimui:			22,09	18,71	67	524,7

* tiekama kartu su pietumis						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energinė vertė (Kcal)
Bandelės su priedais	1281	50	3,95	2,3	29,7	155,3
Iš viso maitinimui:			3,95	2,3	29,7	155,3

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Virti varškėtukai (tausojantis) (9 proc.rieb.)	3598	110	18,55	8,95	29,78	273,88
Grietinės (30 proc. rie.)- jogurto(3,8 proc. rie.) padažas su vanile	3976	10/20	0,94	3,69	5,47	58,87
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			19,49	12,64	35,25	332,78
Viso dienos:			53,81	41,5	180,54	1310,87



3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Pieniška grikių kruopų košė (tausojantis)	22739	200	8,41	5,07	38,19	231,99
Vaisiai pagal sezoną (obuoliai)	48040	130	0,52	0	12,87	53,56
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			8,93	5,07	51,06	285,58

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	50638	150	6,15	4,79	19,12	144,2
Virtų bulvių blynai su kiaulienos kumpio mėsa (tausojantis)	23646	80/40	14,97	9,82	21,08	232,58
Grietinė (30 proc. rieb.)- jogurtas (3,8 proc. rieb.)	17475	20/30	1,48	4,86	2,79	60,78
Daržovių salotos (pekino, agurko, pomidoro)	54250	100	1,15	2,96	4,28	48,36
Vanduo su citrina	7519	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso maitinimui:			23,82	22,45	47,91	488,94

* tiekama kartu su pietumis

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energinė vertė (Kcal)
Vaisių asorti (vynuogės, persikai)	23588	250	1,75	0,24	36,03	153,28
Iš viso maitinimui:			1,75	0,24	36,03	153,28

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Omletas su fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.) (tausojantis)	1010	97/13	15,63	14,74	14,02	251,25
Ruginė duona	12577	35	2,14	0,35	15,96	75,53
Ridikėliai	51856	20	0,21	0,01	0,57	3,25
Agurkai konservuoti	51857	75	0,53	0,23	2,33	13,43
Kmynų arbata (be cukraus)	19615	200	0,3	0,22	0,75	6,14
Iš viso maitinimui:			18,81	15,55	33,63	349,6
Viso dienos:			53,31	43,31	168,63	1277,4

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Pieniška avižų dribsnių košė (tausojantis)	7288	200	9,61	9,63	40,2	285,92
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Vaisiai, (pagal sezoną, kriaušės)	48057	100	0,26	0,35	13,14	56,72
Iš viso maitinimui:			9,87	9,98	53,34	342,67

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Daržovių sriuba su makaronais (tausojantis) (morkos, šparaginės pupelės, žiediniai kopūstai)	50640	150	2,14	2,02	11,65	73,35
Ruginė duona	14297	35	2,44	0,4	18,24	86,32
Troškintas vištienos šlaunelių/kumpelių mėsos kukulis (tausojantis)	27906	90	15,77	14,19	6,87	218,31
Miežinių kruopų košė (tausojantis)	6776	60	2,29	4,37	14,45	106,27
Morkų, obuolių salotos	15512	90	0,65	2,92	9,33	66,17
Vanduo	7519	200	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			23,29	23,9	60,54	550,42

* tiekama kartu su pietumis						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energinė vertė (Kcal)
Sūrio lazdelės (45 proc. rieb.)	2847	40	10,68	8,32	0,16	118,24
Kriaušės	34764	45	0,15	0,2	7,55	32,6
Iš viso maitinimui:			10,83	8,52	7,71	150,84

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Orkaitėje kepti varškėčiai su morkomis (tausojantis) (9 proc. rieb.)	14300	120	18,21	11,63	32,16	306,13
Trintos avietės	16681	40	0,48	0,24	9,1	40,48
Pienas (2,5 proc. rieb.)	19612	80	2,24	2	3,76	42
Iš viso maitinimui:			20,93	13,87	45,02	388,61
Viso dienos:			64,92	56,27	166,61	1432,54



3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Pieniška ryžių kruopų košė (2,5 proc. rieš.)(tausojantis)	7282	200	6,22	6,43	42,49	252,7
Vaisiai (pagal sezoną, kiviai)	48058	125	1,13	0,5	18,5	83
Pienas (2,5 proc. rieš.)	19608	100	2,8	2,5	4,7	52,5
Iš viso maitinimui:			10,15	9,43	65,69	388,2

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Ukrainietiški barščiai su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	50242	143/7	3,04	3,19	10,79	84,02
Orkaitėje kepta lašišos file su prieskoninėmis žolelėmis(tausojantis)	11187	80	21,06	17,01	0,91	240,98
Perlinių kruopų košė (tausojantis)	6781	70	1,75	3,23	13,87	91,52
Daržovių salotos (pekino, agurko, pomidoro)	54250	100	1,15	2,96	4,28	48,36
Vanduo	7519	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso maitinimui:			27,07	26,41	30,49	467,9

* tiekama kartu su pietumis						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energinė vertė (Kcal)
Vaisių asorti (mandarinai, apelsinai)	15501	300	2,25	0,3	34,2	148,5
Iš viso maitinimui:			2,25	0,3	34,2	148,5

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Virtos a.r. dešrelės (tausojantis)	22283	120	12,99	17,98	3	225,77
Pomidorai	51854	30	0,3	0,12	1,74	9,24
Agurkai	51857	75	0,53	0,23	2,33	13,43
Batonas	18603	20	1,6	0,46	10,68	53,26
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			15,42	18,79	17,75	301,73
Viso dienos:			54,89	54,93	148,13	1306,33



3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Pieniška kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	7284	200	6,23	5,53	49,78	273,82
Vaisiai (pagal sezoną, melionai)	48045	120	0,48	0	7,32	31,2
Pienas (2,5 proc. rieb.)	19612	80	2,24	2	3,76	42
Iš viso maitinimui:			8,95	7,53	60,86	347,02
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	50245	150	2,52	4,34	21,85	136,55
Vištienos filė troškinta su grietinėle (35 proc. rieb.) ir cukinija (tausojantis)	6231	71/17/32	21,92	11,24	3,79	204,01
Bulvių košė (tausojantis)	6782	90	2,25	3,23	16,84	105,38
Daržovių rinkinukas (pagal sezoną - agurkai, pomidorai, ridikėliai)	54628	105	1,05	0,18	4,57	24,08
Vanduo	7519	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso maitinimui:			27,81	19,01	47,69	473,04
* tiekama kartu su pietumis						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Energinė vertė (Kcal)
Grūdėta varškė su trintomis uogomis (7 proc. rieb.)	2448	117	10,41	6,07	5,91	119,89
Kivi	11146	50	0,45	0,2	7,4	33,2
Iš viso maitinimui:			2,25	0,3	34,2	148,5
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė (Kcal)
Pieniška miežinių kruopų sriuba (tausojantis)	47989	200	4,68	7,65	22,01	175,64
Batonas su sviestu (82 proc. rieb.)	12200	35/5	2,64	3,54	17,63	112,92
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			7,32	11,19	39,64	288,59
Viso dienos:			46,33	38,03	182,39	1257,15