

Kauno lopšelis - darželis „Vėrinėlis“

Žiemgalių g. 1, Kaunas



15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 metų vaikams

Be kiaušinio, kalakutienos, vištienos, glitimo

Padėtas taikyti 2022-09-19

Įstaigos darbo laikas

Nuo 7⁰⁰ iki 19⁰⁰ val.

1 savaitė
Pirmadienis



Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Kukuruzų kruopų košė (tausojantis)	20601	200	4,08	2,48	41,94	206,38
Vaisiai (pagal sezoną, obuoliai)	4829	123	0,49	0	12,18	50,68
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Grikių traputis	17159	20	2,1	0,58	13,18	66,34
Iš viso :			6,67	3,06	67,3	323,43

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Pupelių sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	47935	150	3,46	4,03	14,25	107,15
Kiaulienos filė kepsneliai (tausojantis)	28192	80	14,3	11,62	5,6	184,16
Biri grikių košė (tausojantis) (augalinis)	5190	80	3,55	3,82	19,43	126,3
Kopūstų, morkų salotos su alyvuogių aliejumi	51843	90	1,12	2,77	10,46	71,29
Daržovių rinkinukas (pagal sezoną - agurkai, paprika)	51842	60	0,5	0,08	2,3	11,92
Vanduo	19613	200	0	0	0	0
Iš viso :			22,93	22,32	52,04	500,82

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Varškė (9 proc. rieb.) su grietine (30 proc. rieb.) (tausojantis)	404	120	16,69	14,43	6,43	222,37
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Ryžių traputis	9914	14	1,15	0,32	11,13	52,01
Trintos avietės	16681	40	0,48	0,24	9,1	40,48
Iš viso:			18,32	14,99	26,66	314,89
Iš viso (dienos davinio):			47,92	40,37	146,00	1139,14

1 savaitė
Antradienis

TVIRTINU
Direktoriė
Dalia Šandrikiene

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Ryžių kruopų košė (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:			7,02	6,75	61,21	333,69

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	47936	150	2,72	3,17	12,03	87,51
Ruginė duona	12570	20	1,22	0,2	9,12	43,16
Balandėliai su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	23802	40/60	12,06	9,29	11,66	178,51
Jogurto (3,8 proc. rieb.)-greitinės (30 proc. rieb.) padažas	3978	30/20	1,48	4,86	2,79	60,78
Bulvių košė (tausojantis)	16981	90	2,2	3,22	16,35	103,19
Daržovių salotos (pagal sezoną, pekinas, agurkas, pomidoras)	51844	100	1,15	2,96	4,28	48,36
Vanduo su citrina	19614	200	0,12	0,03	1,07	5,03
Iš viso:			20,95	23,73	57,3	526,54

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Bulvių, žirnių košytė (tausojantis) (augalinis)	21328	60/50	11,35	7,23	42,57	280,79
Daržovių salotos (pekino, agurko, pomidoro)	44797	100	1,01	2,93	3,72	45,3
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Iš viso:			12,36	10,16	46,29	326,12
Iš viso (dienos davinio):			40,33	40,64	164,80	1186,35

I savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Biri grikių košė su prieskoniais (augalinis) (tausojantis)	8038	200	9,75	6,4	53,41	310,29
Apelsinai	48052	140	1,26	0,14	16,38	71,82
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			11,01	6,54	69,79	382,14

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 (kalafiorai, žirniai) (augalinis) (tausojantis)	12219	150	4,4	3,66	13,86	106,01
Ruginė duona	12571	40	2,44	0,4	18,24	86,32
Kiaulienos kumpio maltinis(tausojantis)	2904	90	14,97	9,9	8,78	184,13
Virtos bulvės(tausojantis)	6898	100	2,08	0,1	20,49	91,21
Daržovių rinkinukas (pagal sezoną - agurkai, paprika)	51842	60	0,5	0,08	2,3	11,92
Morkų lazdelės	51845	75	0,75	0,08	7,8	34,88
Vanduo	19613	200	0	0	0	0
Iš viso:			25,14	14,22	71,47	514,47

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Ryžių makaronai (tausoajntis)	11292	150	3,24	5,43	42,66	232,49
Fermentinis sūris (40 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:			10,42	12,47	46,86	341,37
Iš viso (dienos davinio):			46,57	33,23	188,12	1237,98

1 savaitė
Ketvirtadienis

TVIRTINU
Direktorė

Dalia Šandrikiene

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Ryžių kruopų košė su uogomis (tausojantis)	7952	160/40	3,77	6,04	39,29	226,61
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Melionai	48053	100	0,4	0	6,1	26
Traputis grikių	17159	20	2,1	0,58	13,18	66,34
Iš viso:			6,27	6,62	58,57	318,98

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	47937	150	1,4	2,26	11,82	73,19
Keptas lašisos filė maltinukas (tausojantis)	16436	95	20,45	18,35	5,06	267,23
Virtos bulvės (tausojantis)	5230	90	1,86	1,24	18,27	91,7
Burokėlių salotos su konservuotais agurkais	51846	95	1,25	1,79	7,27	50,19
Vanduo su citrina	19614	200	0,12	0,03	1,07	5,03
Iš viso:			25,08	23,67	43,49	487,34

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Grikių troškiny su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	8041	180	4,59	7	27,81	192,6
Pienas (2,5 proc.rieb.)	19612	80	2,24	2	3,76	42
Agurkai	51857	75	0,53	0,23	2,33	13,43
Pomidorai	51854	30	0,3	0,12	1,74	9,24
Traputis ryžių	9914	14	1,15	0,32	11,13	52,01
Iš viso:			8,81	9,67	46,77	309,28
Iš viso (dienos davinio):			40,16	39,96	148,83	1115,60

1 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 09:00 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
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Kriaušės	48057	100	0,26	0,35	13,14	56,72
Iš viso:			8,67	5,42	51,33	288,74

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 (cukinijų) (augalinis) (tausojantis)	47938	150	1,42	4,05	9,91	81,8
Kiaulienos mentės guliašas (tausojantis)	7349	120	12,26	9,79	5,02	157,25
Bulvių košė (tausojantis)	16981	90	2,2	3,22	16,35	103,19
Grietinė (30proc. Rieb.)	2168	30	0,78	9	0,81	87,36
Morkų lazdelės	27402	20	0,2	0,02	2,08	9,3
Daržovių rinkinukas (pagal sezoną - agurkai, pomidorai, ridikėliai)	51847	70	0,61	0,11	4,14	20,02
Vanduo su citrina	19614	200	0,12	0,03	1,07	5,03
Iš viso:			17,59	26,22	39,38	463,95

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Kukurūzų makaronai (tausojantis)	13478	150	2,97	5,93	42,66	235,91
Traputis grikių	12200	40	2,64	3,54	17,63	112,92
Iš viso:			5,61	9,47	60,29	348,83
Iš viso (dienos davinio):			31,87	41,11	151,00	1101,52

2 savaitė
Pirmadienis

TVIRTINU
Direktorė
Dainė Sandrikienė

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	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. rieב.)	19612	80	2,24	2	3,76	42
Iš viso:			8,99	7,53	66,41	369,38

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Daržovių sriuba su žirneliais, šparaginėmis pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	51028	150	2,14	2,02	11,65	73,35
Grikių traputis	17159	20	2,1	0,58	13,18	66,34
Kiaulienos krūtinėlės kepsneliai (tausojantis)	28192	80	14,3	11,62	5,6	184,16
Biri grikių košė (tausojantis)	5190	80	3,55	3,82	19,43	126,3
Kopūstų, agurkų salotos	51848	100	0,94	1,82	3,1	32,54
Vanduo	19613	200	0	0	0	0
Iš viso:			23,03	19,86	52,96	482,69

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Bulvių, žirnių košytė (tausojantis) (augalinis)	21328	60/50	11,35	7,23	42,57	280,79
Pomidorų ir agurkų salotos	53226	70	0,59	1,93	2,92	31,39
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Iš viso:			11,94	9,16	45,49	312,21
Iš viso (dienos davinio):			43,96	36,55	164,86	1164,28

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Brinkinti grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	16589	200	5,25	10,56	30,02	236,11
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:			9,97	14,31	45	348,66

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis)	47939	150	2,53	4,37	21,91	137,08
Troškinta jautienos kumpis su morkomis (tausojantis)	22281	90/10	18,98	10,44	2,75	180,87
Virtos bulvės (tausojantis)	16982	50	1	0,05	9,85	43,85
Kopūstų, morkų salotos su alyvuogių aliejumi	51843	90	1,12	2,77	10,46	71,29
Vanduo	19613	200	0	0	0	0
Iš viso:			23,63	17,63	44,97	433,09

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Ryžių kruopų košė su uogomis (tausojantis)	7952	160/40	3,77	6,04	39,29	226,61
Traputis grikių	17159	20	2,1	0,58	13,18	66,34
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Iš viso:			5,87	6,62	52,47	292,98
Iš viso (dienos davinio):			39,47	38,56	142,44	1074,73

2 savaitė
Trečiadienis

TVIRTINU
Direktorė

Dalia Šandrikiene

Pusryčiai 09:00 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:			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)	47940	150	0,65	4,53	4,36	60,8
Ryžių traputis	9914	14	1,15	0,32	11,13	52,01
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos kumpiu (tausoajntis)	22282	80/40	15,02	5,74	36,38	257,29
Jogurto (3,8 proc. rieb.)- grietinės (30 proc. rieb.)	11753	20/10	1,04	5,03	1,29	54,53
Morkų lazdelės	51845	75	0,75	0,08	7,8	34,88
Konservuoti agurkai	51849	17	0,12	0,05	0,53	3,04
Vanduo	19613	200	0	0	0	0
Iš viso:			18,73	15,75	61,49	462,55

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Varškė(9 proc. rieb.) su grietine (30 proc. rieb.)	404	100/20	16,69	14,43	6,43	222,37
Trintos braškės	16678	40	0,28	0,16	6,14	27,12
Natūralus jogurtas (3,8 proc. rieb.)	3967	20	0,86	0,7	1,18	14,46
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Grikių traputis	5568	16	1,05	0,29	6,59	33,17
Iš viso:			18,88	15,58	20,34	297,15
Iš viso (dienos davinio):			46,70	36,59	137,48	1066,02

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Makaronai kukurūzų (tausojantis)	13478	150	2,97	5,93	42,66	235,91
Konservuoti žirnėliai	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:			6,17	6,48	72,31	372,29

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Žirnių sriuba (tausojantis) (augalinis)	51030	200	7,52	3,35	19,65	138,76
Lydekos filė maltinukas (tausojantis)	3048	90	18,54	7,48	9,78	180,55
Biri ryžių košė (tausojantis)	5196	90	2,22	1,75	20,37	106,12
Burokėlių salotos su konservuotais agurkais	51846	95	1,25	1,79	7,27	50,19
Vanduo	19613	200	0	0	0	0
Iš viso:			29,53	14,37	57,07	475,62

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Ryžių kruopų košė su uogomis (tausojantis)	7952	160/40	3,77	6,04	39,29	226,61
Pienas (2,5 proc. rie.)	19609	150	4,2	3,75	7,05	78,75
Iš viso:			7,97	9,79	46,34	305,36
Iš viso (dienos davinio):			43,67	30,64	175,72	1153,27

2 savaitė
Penktadienis

TVIRTINU
Direktorė

Dalia Šandrikiene

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Kukurūzų kruopų košė (tausojantis)	7284	200	6,23	5,53	49,78	273,82
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:			6,83	5,56	58,17	310,08

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Šviežių kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	47942	150	1,25	3,05	7,51	62,5
Kiaulienos krūtinėlės kepsneliai (tausojantis)	28192	80	14,3	11,62	5,6	184,16
Virtos bulvės (tausojantis)	6898	100	2,08	0,1	20,49	91,21
Morkų salotos su česnakais	51850	90	1,01	3,37	9,72	73,21
Žirneliai konservuoti	5226	55	2,42	0,17	6,88	38,67
Vanduo	19613	200	0	0	0	0
Iš viso:			21,06	18,31	50,2	449,75

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Pieniška ryžių sriuba (tausojantis)	12172	170	4,21	6,46	16,75	141,99
Traputis grikių	17159	20	2,1	0,58	13,18	66,34
Melionai	34109	150	0,6	0	9,15	39
Sūrio lazdelės	812	40	10,68	8,32	0,16	118,24
Iš viso:			17,59	15,36	39,24	365,57
Iš viso (dienos davinio):			45,48	39,23	147,61	1125,40

3 savaitė
Pirmadienis

TVIRTINU
Direktorė

Dalia Šandrikiene

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Grikių troškiny su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	8041	180	4,59	7	27,81	192,6
Apelsinai	48052	140	1,26	0,14	16,38	71,82
Kakava su pienu (2,5 proc. rie.)	19611	200	3,86	3,3	6,79	72,28
Iš viso:			9,71	10,44	50,98	336,7

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Daržovių trinta sriuba (brokoliai, paprika) (augalinis) (tausojantis)	47943	150	1,24	6,13	6,93	87,85
Grikių traputis	17159	20	2,1	0,58	13,18	66,34
Kiaulienos guliašas (tausojantis)	7349	120	12,26	9,79	5,02	157,25
Bulvių košė (tausojantis)	16981	90	2,2	3,22	16,35	103,19
Daržovių rinkinukas (pagal sezoną - agurkai, paprika)	51851	115	0,91	0,3	5,37	27,74
Morkų lazdelės	51845	75	0,75	0,08	7,8	34,88
Vanduo su citrina	19614	200	0,12	0,03	1,07	5,03
Iš viso:			19,58	20,13	55,72	482,28

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Varškė (9 proc. rie.) su grietine (30 proc. rie.)	404	100/20	16,69	14,43	6,43	222,37
Jogurto (3,8 proc. rie.)-grietinės (30 proc. rie.) padažas	3976	20/10	0,94	3,69	5,47	58,87
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Apelsinai	48052	140	1,26	0,14	16,38	71,82
Iš viso:			18,89	18,26	28,28	353,09
Iš viso (dienos davinio):			48,18	48,83	134,98	1172,07

3 savaitė
Antradienis

TVIRTINU
Direktorė
Dalia Šandrikiene

Pusryčiai 09:00 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 (obuoliai)	48040	130	0,52	0	12,87	53,56
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Iš viso:			8,93	5,07	51,06	285,58

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	12195	150	6,15	4,79	19,12	144,2
Virtų bulvių blynai su kiaulienos kumpio mėsa (tausojantis)	23866	80/40	14,08	9,06	21,01	221,91
Jogurto (3,8 proc. rieb.)- grietinės(30 proc rieb.) padažas	3978	30/20	1,48	4,86	2,79	60,78
Daržovių salotos (pekino, agurko, pomidoro)	51844	100	1,15	2,96	4,28	48,36
Vanduo su citrina	19614	200	0,12	0,03	1,07	5,03
Iš viso maitinimui:			22,98	21,7	48,27	480,28

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Keptos bulvių ir morkų skiltelės (tausojantis)	3879	150	3,58	5,2	25,87	164,63
Traputis grikių	17159	20	2,1	0,58	13,18	66,34
Raudonasis ridikėlis	51856	20	0,21	0,01	0,57	3,25
Agurkai (kons.)	51857	75	0,53	0,23	2,33	13,43
Obuoliai	49667	160	0,64	0	15,84	65,92
Kmynų arbata (be cukraus)	19615	200	0,3	0,22	0,75	6,14
Iš viso:			7,36	6,24	58,54	319,71
Iš viso (dienos davinio):			39,27	33,01	157,87	1085,57

3 savaitė
Trečiadienis

TVIRTINI
Direktorė
Dalia Šandrikiė

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Kukrūzų kruopų košė (tausojantis)	7284	200	6,23	5,53	49,78	273,82
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:			6,49	5,88	62,92	330,57

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Daržovių sriuba su makaronais (tausojantis) (augalinis) (morkos, šparaginės pupelės, žiediniai kopūstai, svogūnai)	51028	150	2,14	2,02	11,65	73,35
Ryžių traputis	5718	20	1,64	0,46	15,9	74,3
Kiaulienos mentės kotletas (tausojantis)	2904	90	14,97	9,9	8,78	184,13
Virtos bulvės (tausojantis)	6898	100	2,08	0,1	20,49	91,21
Morkų, obuolių salotos	51852	90	0,65	2,92	9,33	66,17
Vanduo su citrina	432	200	0,07	0,02	0,64	3,02
Iš viso:			21,55	15,42	66,79	492,18

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Varškė (9 proc. rieš.) su grietine (30 proc. rieš.)	404	100/20	16,69	14,43	6,43	222,37
Trintos avietės	16681	40	0,48	0,24	9,1	40,48
Pienas 2,5 proc. rieš.	19612	80	2,24	2	3,76	42
Iš viso:			19,41	16,67	19,29	304,85
Iš viso (dienos davinio):			47,45	37,97	149,00	1127,60

3 savaitė
Ketvirtadienis

TVIRTINU
Direktore

Dalia Šandriūtė

Pusryčiai 09:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Ryžių kruopų košė (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. rieb.)	19608	100	2,8	2,5	4,7	52,5
Iš viso:			10,15	9,43	65,69	388,2

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Burokėlių sriuba (tausojantis) (augalinis)	47936	150	2,72	3,17	12,03	87,51
Orkaitėje kepta lašišos file su prieskoninėmis žolelėmis(tausojantis)	15357	80	20,6	16,7	0,9	236,32
Virtos bulvės(tausojantis)	6898	100	2,08	0,1	20,49	91,21
Daržovių salotos (pekino, agurko, pomidoro)	51844	100	1,15	2,96	4,28	48,36
Vanduo	19613	200	0	0	0	0
Iš viso:			26,55	22,93	37,7	463,4

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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
Grikių traputis	5718	20	1,64	0,46	15,9	74,3
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Iš viso:			14,93	18,56	20,64	309,34
Iš viso (dienos davinio):			51,63	50,92	124,03	1160,94

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 09:00 val.

TVIRTINU
Direktorė

Dalia Šandrikiene

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
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:			8,95	7,53	60,86	347,02

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Agurkinė sriuba (tausojantis) (augalinis)	47939	150	2,53	4,37	21,91	137,08
Troškinta jautienos mėsa (tausojantis)	22281	100	18,98	10,44	2,75	180,87
Bulvių košė (tausojantis)	16981	90	2,2	3,22	16,35	103,19
Daržovių rinkinukas (pagal sezoną - agurkai, pomidorai, ridikėliai)	51853	105	1,05	0,18	4,57	24,08
Vanduo	19613	200	0	0	0	0
Iš viso:			24,76	18,21	45,58	445,22

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai g	Riebalai g	Angliavandeniai g	Energinė vertė, kcal
Bulvių, žirnių košytė (tausojantis) (augalinis)	20683	60/50	9	7,12	32,07	228,37
Pomidorų ir agurkų salotos	36800	60	0,84	0,43	2,59	17,59
Arbata (be cukraus)	19607	200	0	0	0	0,03
Grikių traputis	17159	20	2,1	0,58	13,18	66,34
Iš viso:			11,94	8,13	47,84	312,33
Iš viso (dienos davinio):			45,65	33,87	154,28	1104,57