

Kauno lopšelis- darželis „Pagrandukas“
V.Krėvės pr. 58, Kaunas



15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

4-7 metų

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Naudojamas nuo 2023-11-27

Įstaigos darbo laikas

Nuo 7:00 iki 17:30 val.

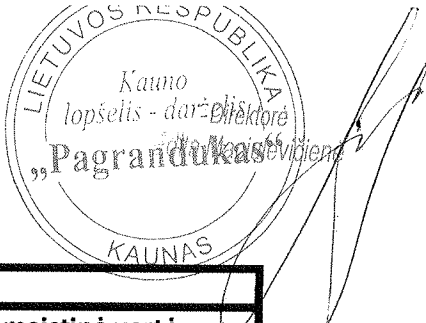


1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kukurūzų košė su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis)	28962	148/2	3,73	3,38	23,31	138,56
Vaisiai pagal sezoną/Bananai	1482	150,00	1,50	0,60	35,10	151,80
Sūrio lazdelė 40 proc. rieb.	953	30,00	8,01	6,24	0,12	88,68
Nesaldinta vaisinė arbata	535	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
iš viso maitinimui:			13,24	10,22	58,53	379,08

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Žirnelių, kopūstų ir morkų sriuba (tausojantis) (augalinis)	45979	150,00	2,57	1,97	11,11	72,41
Juoda duona	5708	45,00	2,75	0,45	20,52	97,11
Plikytų ryžių plovai su vištienos šiaunelių mėsa (tausojantis)	21074	75/75	16,17	9,18	30,90	270,88
Agurkai	7071	80,00	0,56	0,00	2,24	11,20
Pomidorai	7785	70,00	0,70	0,28	4,06	21,56
Kaliaropės	65987	40,00	0,68	0,04	2,48	13,00
Vanduo su apelsiniais	23923	200,00	0,08	0,01	1,05	4,62
iš viso maitinimui:			23,51	11,92	72,36	490,78

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virti varškėtukai 9 proc. rieb. (tausojantis)	17635	110,00	16,88	8,36	21,39	228,29
Uogienės-grietinės 30 proc. rieb. padažas	307	13/9	0,26	2,70	8,33	58,66
Pienas 2.5 proc. rieb.	533	100,00	2,80	2,50	4,70	52,50
Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai	40443	110,00	0,44	0,00	10,89	45,32
iš viso maitinimui:			20,38	13,56	45,31	384,77
iš viso dienos davinio:			57,13	35,7	176,2	1254,63



1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virtas kiaušinis (tausojantis)	3509	55,00	6,99	6,00	0,50	83,88
Batonas su sviestu 82 proc. rieš.	10156	30/6	3,54	8,01	15,95	150,04
Konservuoti žali žirneliai	49823	30,00	1,32	0,09	3,75	21,09
Jogurtas iki 3,8 proc. rieš.	23230	20	0,74	0,6	1,02	12,44
Vaisiai pagal sezoną/Kriaušės	372	180,00	0,54	0,72	27,18	117,36
Nesaldinta juodoji arbata su citrina	3075	200,00	0,06	0,02	0,54	2,54
Iš viso maitinimui:			13,19	15,43	48,93	387,35

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Daržovių sriuba (žali žirneliai, morkos, svogūnai, bulvės, žiediniai kopūstai, baltagūžiai kopūstai) (augalinis) (tausojantis)	60675	150,00	3,00	1,19	16,32	88,04
Ruginė duona su sėklomis	453	45,00	4,10	1,85	20,88	116,51
Kiaulienos kumpio maltinukai su kopūstais ir plikytais ryžiais (tausojantis)	18047	56/33/ 10	12,25	7,52	10,42	158,38
Bulvių košė (tausojantis)	16453	90,00	2,03	2,26	14,84	87,80
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai ir pomidorai)	50966	90,00	0,77	0,18	3,87	20,16
Vanduo su apelsiniais	23923	200,00	0,08	0,01	1,05	4,62
Iš viso maitinimui:			22,21	13,01	67,39	475,51

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Blynėliai su obuoliais	16174	90/40	7,44	10,19	45,46	303,36
Natūralus jogurtas iki 3,8 proc. rieš.	23229	35	1,3	1,05	1,79	21,77
Trintos uogos	13532	20,00	0,18	0,10	2,78	12,73
Pienas 2.5 proc. rieš.	533	100,00	2,80	2,50	4,70	52,50
Iš viso maitinimui:			11,72	13,84	54,73	390,36
Iš viso dienos davinio:			47,12	42,28	171,05	1253,22

1 savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu 82 proc. rieb. ir cinamonu (tausojantis)	28964	148/2	4,26	3,06	23,29	137,77
Ruginė duona su sviestu 82 proc. rieb. ir varškės sūriu 22 proc. rieb.	10157	24/4/1 5	5,38	7,04	13,95	140,71
Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai	375	175,00	0,70	0,00	17,33	72,10
Nesaldinta vaisinė arbata	535	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			10,33	10,11	54,58	350,62

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Cukinių sriuba su lęšiais(augalinis) (tausojantis)	60855	150,00	4,05	1,22	14,40	84,77
Šviesi duona su sėklomis	5739	30,00	2,16	1,38	17,88	92,58
Orkaitėje kepti jautienos kumpio ir kiaulienos sprandinės kukulaičiai (tausojantis)	28262	90,00	14,27	11,63	3,61	176,20
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	952	80,00	4,32	3,04	24,29	141,75
Kopūstų (pagal sezoną) salotos su morkomis	68887	60,00	0,82	0,47	3,40	21,07
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai ir pomidorai)	66198	80,00	0,68	0,16	3,44	17,92
Vanduo su apelsiniais	23923	200,00	0,08	0,01	1,05	4,62
Iš viso maitinimui:			26,38	17,91	68,06	538,91

Vakariė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Troškinti makaronai su daržovėmis (tausojantis)	16181	120/40	7,11	4,83	30,15	192,51
Pasukų 0,5 proc. rieb. kokteilis	24080	150,00	3,41	0,78	14,44	78,40
Vaisiai pagal sezoną/Bananai	11850	120,00	1,20	0,48	28,08	121,44
Iš viso maitinimui:			11,72	6,09	72,67	392,36
Iš viso dienos davinio:			48,43	34,11	195,31	1281,89

1 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grikių košė (augalinis) (tausojantis)	29029	150,00	3,78	2,75	22,78	130,99
Batonas su tepamu sūreliu 15 proc. rieb.	10188	30/15	4,95	6,42	16,86	145,02
Sūrio lazdelė 40 proc. rieb.	5896	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Vaisiai pagal sezoną/Apelsinai	16143	100	0,90	0,10	11,70	51,3
Nesaldinta juodoji arbata su citrina	3075	200,00	0,06	0,02	0,54	2,54
Iš viso maitinimui:			15,03	13,45	51,96	388,97

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Rūgštynių sriuba su virtu kiaušiniu (tausojantis)	60255	140/10	2,38	2,33	8,25	63,54
Grietinė 30 proc. rieb.	13589	5,00	0,13	1,50	0,14	14,56
Juoda duona	4686	30,00	1,83	0,30	13,68	64,74
Orkaitėje keptas lašišos filė kepsnelis (tausojantis)	19314	100,00	22,08	14,60	3,50	233,70
Virtos perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	1997	90,00	2,76	0,36	21,90	101,88
Burokėlių salotos	66382	70,00	0,98	2,32	5,96	48,61
Konservuoti agurkai	59150	40,00	0,32	0,08	1,10	6,40
Pomidorų griežinėliai	42833	40,00	0,40	0,16	2,32	11,32
Vanduo su apelsiniais	23923	200,00	0,08	0,01	1,05	4,62
Iš viso maitinimui:			30,95	21,66	57,91	550,36

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Blynai su varške 9 proc. rieb.	17825	90/40	13,51	13,94	38,18	332,24
Vaisių tyrėlė	20780	30	0,21	0,15	4,76	21,24
Liofilizuotos braškės	25109	10	0,76	0,37	5,06	26,61
Nesaldinta kmylių arbata	21220	200	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			14,68	14,61	48,50	384,18
Iš viso dienos davinio:			60,66	49,72	158,37	1323,51

1 savaitė
Penktadienis

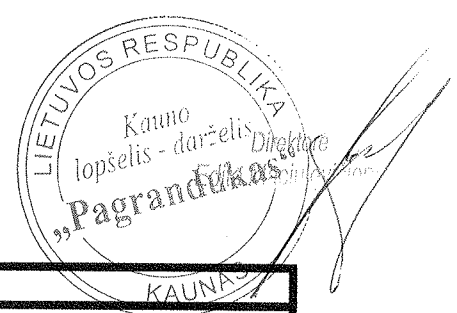


Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta kvietinių kruopų košė (tausojantis)	29196	150,00	4,99	2,94	25,63	148,94
Desertinė varškė 7,9 proc. rieš. su trintomis uogomis	17829	80/30	12,20	6,83	11,58	156,58
Vaisiai pagal sezoną/Kriaušės	59684	130	0,39	0,52	19,63	84,76
Nesaldinta vaisinė arbata	19755	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			17,58	10,29	56,84	390,31

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	60854	150,00	4,21	1,30	16,09	92,92
Virtų bulvių cepelinai su vištienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	21194	115/65	14,96	11,13	35,79	303,15
Grietinė 30 proc. rieš.	13588	15,00	0,39	4,50	0,41	43,68
Raudonųjų ridikų ir agurkų salotos	42831	80,00	0,69	3,67	2,20	44,53
Morkų lazdelės	49829	20,00	0,20	0,02	2,08	9,30
Vanduo su apelsiniais	23923	200,00	0,08	0,01	1,05	4,62
Iš viso maitinimui:			20,52	20,63	57,61	498,19

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška perlinių kruopų sriuba (tausojantis)	19459	200,00	5,37	7,47	20,52	170,71
Nesaldintas jogurtas iki 3,8 proc. rieš.	19322	125	4,63	3,75	6,38	77,75
Vaisiai pagal sezoną/Melionai	66165	150	0,6	0,00	9,15	39,00
Iš viso maitinimui:			10,59	11,22	36,04	287,46
Iš viso dienos davinio:			48,69	42,14	150,49	1175,96

2 savaitė
Pirmadienis

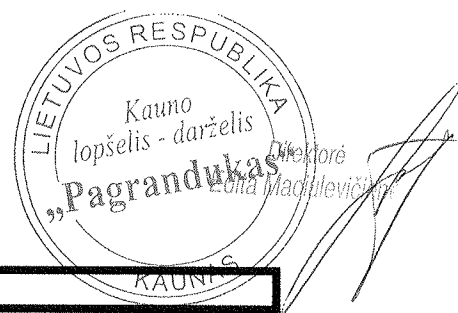


Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kukurūų košė su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis)	28962	148/2	3,73	3,38	23,31	138,56
Sūrio lazdelė 40 proc. rieb.	953	30,00	8,01	6,24	0,12	88,68
Vaisiai pagal sezoną/Bananai	1482	150,00	1,50	0,60	35,10	151,80
Nesaldinta kmyų arbata	542	200,00	0,22	0,15	0,71	5,10
Iš viso maitinimui:			13,46	10,37	59,24	384,14

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kopūstų (pagal sezoną) sriuba (augalinis) (tausojantis)	2147	150,00	0,98	3,01	4,71	49,87
Kiaulienos sprandinės ir morkų troškiny su porais (tausojantis)	28337	70/20	12,38	19,78	4,40	245,12
Grikių kruopos (tausojantis)	1218	80,00	4,41	1,09	24,26	124,43
Salotos su smulkintomis saulėgrąžomis	52833	70,00	1,23	4,11	3,02	54,00
Pomidorų griežinėliai	42833	40,00	0,40	0,16	2,32	12,32
Šiltas uogų gėrimas (nesaldintas)	1087	200,00	0,19	0,10	1,82	8,94
Iš viso maitinimui:			19,59	28,24	40,53	494,67

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Omletas (tausojantis)	118	150,00	13,80	13,04	14,28	229,73
Agurkai švieži	711	90,00	0,63	0,00	2,52	12,60
Juoda duona	4686	30,00	1,83	0,30	13,68	64,74
Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai	4593	180,00	0,72	0,00	17,82	74,16
Nesaldinta žalioji arbata	18408	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			16,98	13,34	48,30	381,23
Iš viso dienos davinio:			50,03	51,95	148,07	1260,04

2 savaitė
Antradienis

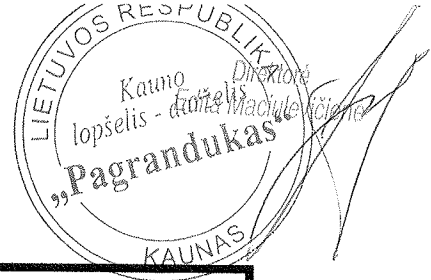


Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avižinių dribsnių košė su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis)	29033	148/2	5,60	4,46	21,18	147,27
Grūdėta varškė 7 proc. rieb. su trintomis uogomis	11888	80/20	9,68	5,62	5,46	111,13
Vaisiai pagal sezoną/Kriaušės	1103	195,00	0,59	0,78	29,45	127,14
Nesaldinta vaisinė arbata	19755	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			15,87	10,86	56,08	385,57

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avinžirnių-lęšių sriuba (augalinis) (tausojantis)	60853	150,00	5,81	1,82	22,42	129,27
Ruginė duona su sėklomis	6070	40,00	3,64	1,64	18,56	103,56
Kalakutienos filė maltinis (tausojantis)	21283	78,00	15,32	6,30	1,90	125,59
Plikytų ryžių košė su ciberžole (tausojantis)	14347	79/1	2,85	1,70	26,08	131,06
Daržovių (aisbergas, agurkai, pomidorai) salotos	42927	80,00	0,72	1,92	2,79	31,28
Vanduo su citrina	529	200,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			28,42	13,40	72,50	524,28

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Blynai su varške 9 proc. rieb.	17825	90/40	13,51	13,94	38,18	332,24
Natūralaus jogurto iki 3,8 proc. rieb. ir vaisių tyrėlės padažas	23204	15/25	0,73	0,58	4,73	27,03
Nesaldinta kmylių arbata su citrina	542	200,00	0,22	0,15	0,71	5,10
Iš viso maitinimui:			14,46	14,67	43,63	364,37
Iš viso dienos davinio:			58,75	38,93	172,21	1274,22

2 savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Manų košė su cinamonu ir selėnomis (tausojantis)	29035	148/1/1	4,99	4,13	24,16	153,73
Trintos uogos	13532	20,00	0,18	0,10	2,78	12,73
Šviesios duonos sumuštininis su sviestu 85 proc. rieš. ir fermentiniu sūriu 45 proc. rieš.	12620	25/6/1 5	5,24	9,10	13,20	155,65
Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai	3492	150,00	0,60	0,00	14,85	61,80
Nesaldinta juodoji arbata su citrina	3075	200,00	0,06	0,02	0,54	2,54
Iš viso maitinimui:			11,06	13,34	55,53	386,45

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Žirnių-perlinių kruopų sriuba tausojantis) (augalinis)	60364	150,00	4,02	1,63	19,60	109,18
Šviesi duona	4912	30,00	1,80	0,48	15,39	73,08
Orkaitėje kepti jautienos kumpio ir kiaulienos sprandinės kukulaičiai (tausojantis)	28262	90,00	14,27	11,63	3,61	176,20
Daržovių (pomidorai, agurkai, aisbergo) salotos	50969	90,00	0,80	1,93	3,09	32,96
Bulvių košė (tausojantis)	16453	90,00	2,03	2,26	14,84	87,80
Vanduo su apelsiniais	23923	150,00	0,08	0,01	1,05	4,62
Iš viso maitinimui:			22,99	17,95	57,58	483,84

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Vištienos filė ir daržovių troškinyš (tausojantis)	28957	70/80	21,49	3,24	24,94	214,81
Kefyras 2,5 proc. rieš.	24037	130,00	4,16	3,25	5,20	66,69
Vaisiai pagal sezoną/Melionai	59436	135,00	0,54	0,00	8,24	35,10
Iš viso maitinimui:			26,19	6,49	38,37	316,60
Iš viso dienos davinio:			60,24	37,78	151,48	1186,89

2 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Miežinių kruopų košė su sviestu 82 proc. rieb. ir bananais (tausojantis)	29068	86/6/1 0	5,32	3,67	30,73	177,21
Nesaldintas jogurtas iki 3,8 proc. rieb.	19322	125	5,38	4,75	6	88,25
Uogienė	579	15,00	0,03	0,00	9,33	37,44
Vaisiai pagal sezoną/Vynuogės	40217	100,00	0,70	0,20	18,00	76,60
Nesaldinta vaisinė arbata	535	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			11,43	8,62	64,06	379,53

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Plikytų ryžių kruopų sriuba su pomidorais (tausojantis)	60361	150,00	1,30	1,31	11,06	61,27
Juoda duona	3690	40,00	2,44	0,40	18,24	86,32
Tilapijos filė ir laišos filė apkepas (tausojantis)	15096	35/45/ 60	22,00	12,18	11,40	243,23
Virtos bulvės (tausojantis)	9036	100,00	2,00	0,10	19,70	87,70
Burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais	61975	90,00	2,59	0,20	5,28	33,28
Pomidorų griežinėliai	42833	40,00	0,40	0,16	2,32	12,32
Vanduo su citrina	529	200,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			30,82	14,38	68,75	527,64

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kepti varškėčiai 9 proc. rieb.	14822	140,00	19,32	10,89	35,20	316,12
Jogurto iki 3,8 proc. rieb. ir šaldytų uogų padažas	23231	20/20	0,88	0,68	2,3	18,84
Vaisiai pagal sezoną/Apelsinai	16143	100,00	0,90	0,10	11,70	51,30
Nesaldinta žalioji arbata	18408	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			21,1	11,67	49,2	386,26
Iš viso dienos davinio:			63,35	34,67	182,00	1 293,43

2 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avižinių dribsnių košė su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis)	29033	148/2	5,60	4,46	21,18	147,27
Kukurūzų traputis	390	20,00	1,84	1,10	14,50	75,26
Vaisiai pagal sezoną/Bananai	1482	150,00	1,50	0,60	35,10	151,80
Nesaldinta juodoji arbata su citrina	3075	200,00	0,06	0,02	0,54	2,54
Iš viso maitinimui:			9,00	6,18	71,31	376,87

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kopūstų ir burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	68988	150	1,77	0,07	8,31	40,97
Orkaitėje kepti žemaičių blynai su vištienos krūtinėlės filė mėsa (tausojantis)	32626	110/50	15,86	9,83	41,38	317,4
Jogurtinis iki 3,8 proc. rieb. padažas su žalumynais	23232	30	0,98	2,74	1,57	34,88
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, agurkai, pomidorai)	75288	110	0,98	0,19	6,56	31,87
Nesaldintas kmyną arbata	542	200	0,22	0,15	0,71	5,1
Iš viso maitinimui:			19,8	12,99	58,53	430,22

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	37172	200,00	6,57	6,01	20,22	161,21
Bandelė	451	50,00	2,90	3,05	21,65	125,65
Liofilizuotos braškės	25109	10,00	0,76	0,37	5,06	26,61
Iš viso maitinimui:			10,23	9,43	46,93	313,47
Iš viso dienos davinio:			39,03	28,6	176,77	1120,56

3 savaitė
Pirmadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Manų košė su cinamonu ir selėnomis (tausojantis)	29035	148/1/1	4,99	4,13	24,16	153,73
Nesaldintas jogurtas iki 3,8 proc.rieb.	19322	125	5,38	4,75	6	88,25
Vaisiai pagal sezoną/Bananai	369	140,00	1,40	0,56	32,76	141,68
Nesaldinta vaisinė arbata	19755	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			11,76	9,44	62,92	383,69

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	60366	150,00	5,80	1,48	20,19	117,28
Juoda duona	4686	30,00	1,83	0,30	13,68	64,74
Kalakutienos filė kotletukas su špinatais (tausojantis)	20418	86/4	21,07	7,89	10,80	198,44
Agurkų salotos su nesaldintu jogurtu iki 3.8 proc.rieb.	75608	60	0,72	0,3	1,91	13,22
Virti plikyti ryžiai su sviestu 82 proc.rieb. (tausojantis)	14393	57/3	2,80	2,60	25,66	137,22
Pomidorų griežinėliai	42833	40,00	0,40	0,16	2,32	12,32
Vanduo su apelsiniais	23923	200,00	0,08	0,01	1,05	4,62
Iš viso maitinimui:			32,7	12,73	75,61	547,83

Vakariėnė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virti varškės 9 proc.rieb. kukuliukai (tausojantis)	11964	120,00	19,03	9,86	29,48	282,76
Natūralus jogurtas iki 3,8 proc.rieb.	23233	40	1,48	1,2	2,04	24,88
Vaisiai pagal sezoną/Melionai	40326	100,00	0,40	0,00	6,10	26,00
Nesaldinta žalioji arbata	18408	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			20,91	11,06	37,62	333,64
Iš viso dienos davinio:			65,37	33,23	176,15	1265,16

3 savaitė
Antradienis

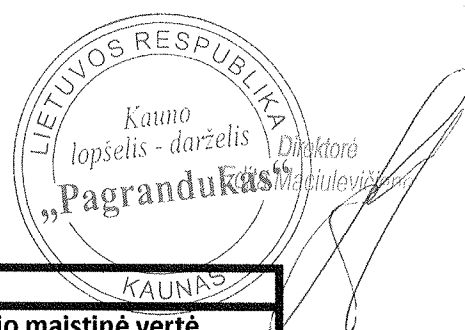


Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Miežinė košė su sviestu 82 proc. rieš. (tausojantis)	29075	148/2	3,96	2,87	19,54	119,83
Batonas su sviestu 82 proc. rieš. ir virtu kiaušiniu	4907	38/7/1 0	5,62	10,64	20,28	199,32
Vaisiai pagal sezoną/Kriaušės	40215	80,00	0,24	0,32	12,08	52,16
Nesaldinta žaliąji arbata	18408	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			9,83	13,82	51,90	371,31

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	60852	150,00	1,22	1,07	7,79	45,69
Šviesi duona	11273	40,00	2,40	0,64	20,52	97,44
Kiaulienos kumpio ir jautienos kumpio kotletas (tausojantis)	28378	80,00	14,11	6,68	3,93	132,21
Pilno grūdo makaronai (tausojantis)	10535	80,00	3,90	2,27	20,18	116,71
Pekino kopūstų salotos su morkomis ir aliejumi	1172	70,00	0,78	2,86	2,62	39,35
Agurko griežinėliai	50912	40,00	0,28	0,00	1,12	5,60
Pomidorų griežinėliai	42833	40,00	0,40	0,16	2,32	12,32
Vanduo su citrina	529	200,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			23,17	13,70	59,22	452,84

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Manų-varškės 9 proc. rieš. apkepas (tausojantis)	13118	45/100	21,18	14,94	20,56	301,34
Jogurto iki 3,8 proc. rieš. ir šaldytų uogų padažas	23231	20/20	0,88	0,68	2,3	18,84
Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai	3492	150,00	0,60	0,00	14,85	61,80
Nesaldinta kmynų arbata	542	200,00	0,22	0,15	0,71	5,10
Iš viso maitinimui:			22,88	15,77	38,42	387,07
Iš viso dienos davinio:			55,88	43,29	149,54	1211,22

3 savaitė
Trečiadienis

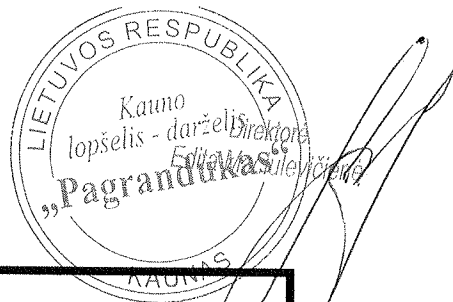


Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Plikytų ryžių košė su sviestu 82 proc.rieb. (tausojantis)	29077	148/2	3,66	3,24	22,72	134,65
Grūdėta varškė 7 proc.rieb.	6011	100,00	12,00	7,00	2,70	121,80
Vaisiai pagal sezoną/Bananai	11850	120,00	1,20	0,48	28,08	121,44
Nesaldinta žalioji arbata	18408	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			16,86	10,72	53,50	377,89

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių sriuba (tausojantis) (augalinis)	60851	150,00	1,05	1,07	7,23	42,71
Juoda duona	5708	45,00	2,75	0,45	20,52	97,11
Kiaulienos kumpio guliašas (tausojantis)	28388	85,00	15,15	14,02	5,75	209,80
Virtos bulvės (tausojantis)	9036	100,00	2,00	0,10	19,70	87,70
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, agurkai, pomidorai)	50971	110,00	0,98	0,18	6,79	32,65
Vanduo su apelsinai	23923	200,00	0,08	0,01	1,05	4,62
Iš viso maitinimui:			22,00	15,82	61,04	474,59

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiąa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Mieliniai blynai	2716	150,00	8,62	10,97	47,64	323,76
Vaisių tyrėlė	20780	30,00	0,21	0,15	4,76	21,24
Vaisiai pagal sezoną/Melionai	40326	100,00	0,40	0,00	6,10	26,00
Nesaldinta kmyų arbata	542	200,00	0,22	0,15	0,71	5,10
Iš viso maitinimui:			9,46	11,27	59,22	376,10
Iš viso dienos davinio:			48,32	37,81	173,76	1228,58

3 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kukurūzų košė su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis)	28962	148/2	3,73	3,38	23,31	138,56
Sūrio lazdelės 40 proc. rieb.	30	30,00	2,88	1,84	23,84	123,44
Vaisiai pagal sezoną/Apelsinai, obuoliai	59203	190,00	1,21	0,09	20,43	87,37
Nesaldinta juodoji arbata su citrina	3075	200,00	0,06	0,02	0,54	2,54
Iš viso maitinimui:			13,01	9,73	44,39	317,16

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Agurkinė sriuba (tausojantis) (augalinis)	60850	150,00	2,55	1,28	21,14	106,27
Šviesi duona su sėklomis	17362	40,00	2,88	1,84	23,84	123,44
Tilapijos filė kepsnelis	19312	100,00	20,71	2,25	0,13	103,58
Konservuoti žali žirneliai	49823	30,00	1,32	0,09	3,75	21,09
Burokėlių salotos	60852	70,00	1,76	5,12	2,88	64,68
Pomidorų griežinėliai	42833	40,00	0,40	0,16	2,32	12,32
Bulvių košė (tausojantis)	16453	90,00	2,03	2,26	14,84	87,80
Šiltas uogų gėrimas (nesaldintas)	1087	200,00	0,19	0,10	1,82	8,94
Iš viso maitinimui:			31,83	13,10	70,72	528,12

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Bulviniai kukulaičiai su varške 9 proc. rieb. (tausojantis)	355	150/50	11,89	5,07	53,67	307,89
Natūralus jogurtas iki 3,8 proc. rieb.	13561	40	1,72	1,4	2,36	28,92
Pienas 2.5 proc. rieb.	533	100,00	2,80	2,50	4,70	52,50
Iš viso maitinimui:			16,41	8,97	60,73	389,31
Iš viso dienos davinio:			61,25	31,8	175,84	1234,59



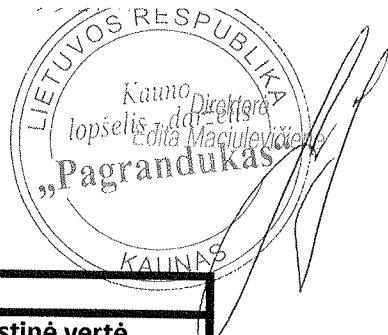
3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Griekių košė (augalinis) (tausojantis)	29029	150,00	3,78	2,75	22,78	130,99
Varškė 6,5 proc.rieb. su kefyru 2,5 proc. ir trintomis uogomis	14132	35/20/ 4	4,52	1,11	5,67	50,74
Vaisiai pagal sezoną/Vynuogės	749	165,00	1,16	0,33	29,70	126,39
Nesaldinta žalioji arbata	18408	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			9,45	4,19	58,15	308,12

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Vištienos ketvirčių mėsos sultinys su makaronais (tausojantis)	3292	140/10	6,48	3,05	12,78	104,51
Šviesi duona su sėklomis	547	45,00	3,24	2,07	26,82	138,87
Kalakutienos filė maltinis (tausojantis)	21283	78,00	15,32	6,30	1,90	125,59
Bulvių košė (tausojantis)	16453	90,00	2,03	2,26	14,84	87,80
Aisbergo salotos su pomidorais, agurkais ir ridikėliais	43240	90,00	0,82	2,10	3,02	34,26
Nesaldintas kmyių arbata su citrina	542	200,00	0,22	0,15	0,71	5,10
Iš viso maitinimui:			28,12	15,94	60,06	496,13

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška perlinių kruopų sriuba (tausojantis)	1412	200,00	4,93	4,63	19,79	140,53
Šviesios duonos sumuštinis su sviestu 82 proc.rieb. ir fermentiniu sūriu 45 proc.rieb.	12620	25/6/1 5	5,24	9,10	13,20	155,65
Vaisiai pagal sezoną/Kriaušės	40215	80,00	0,24	0,32	12,08	52,16
Iš viso maitinimui:			10,41	14,05	45,07	348,35
Iš viso dienos davinio:			47,98	34,18	163,28	1152,6

2 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avižinių dribsnių košė su sviestu 82 proc.rieb. (tausojantis)	29033	148/2	5,60	4,46	21,18	147,27
Kukurūzų traputis	390	20,00	1,84	1,10	14,50	75,26
Vaisiai pagal sezoną/Bananai	1482	150,00	1,50	0,60	35,10	151,80
Nesaldinta juodoji arbata su citrina	3075	200,00	0,06	0,02	0,54	2,54
Iš viso maitinimui:			9,00	6,18	71,31	376,87

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kopūstų ir burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	68988	150	1,77	0,07	8,31	40,97
Orkaitėje kepti virtų bulvių blynai su vištienos krūtinėlės filė mėsa (tausojantis)	32626	110/50	15,86	9,83	41,38	317,4
Jogurtinis iki 3,8 proc.rieb. padažas su žalumynais	23232	30	0,98	2,74	1,57	34,88
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, agurkai, pomidorai)	75288	110	0,98	0,19	6,56	31,87
Nesaldintas kmyną arbata	542	200	0,22	0,15	0,71	5,1
Iš viso maitinimui:			19,8	12,99	58,53	430,22

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	37172	200,00	6,57	6,01	20,22	161,21
Bandelė	451	50,00	2,90	3,05	21,65	125,65
Liofilizuotos braškės	25109	10,00	0,76	0,37	5,06	26,61
Iš viso maitinimui:			10,23	9,43	46,93	313,47
Iš viso dienos davinio:			39,03	28,6	176,77	1120,56