

Kauno lopšelis - darželis „Žemyna“

Kalniečių g. 257, Kaunas

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1 - 3 metų vaikams

Įstaigos darbo laikas

Nuo 7⁰⁰ iki 19⁰⁰ val.



1 Savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška manų kruopų košė su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis)	27168	145/5	5,64	6,33	26,97	187,4
Sezoniniai vaisiai (kriaušės)	12607	120	0,36	0,48	18,12	78,24
Nesaldinta vaistažolių arbata	22755	150	0	0	0	0,01
Iš viso:			6,00	6,81	45,09	265,65

Pietūs 12⁰⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	70826	150	4,34	1,3	17,82	100,31
Viso grūdo ruginė duona	1810	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Jūros lydekos maltiniai (tausojantis)	744	60	12,58	9,32	4,49	152,16
Bulvių košė (tausojantis)	19359	60	1,5	2,77	12,31	80,17
Burokėlių salotos su žirneliais ir agurkais	61285	70	1,95	2,89	4,31	51,1
Vanduo	6634	150	0	0	0	0
Iš viso:			21,35	16,54	49,13	430,80

Vakarienė 15³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9 proc. rieb.) apkepas su plikytais ryžiais (tausojantis)	20486	150	20	13,98	18,88	281,34
Natūralus jogurtas (2,8 proc. rieb.)	22977	10	0,37	0,3	0,51	6,22
Trintos šaldytos braškės	19596	15	0,1	0,06	3,74	15,86
Nesaldinta kmylių arbata	5237	150	0,06	0,04	0,15	1,23
Iš viso:			20,53	14,38	23,28	304,65
Iš viso (dienos davinio):			47,88	37,73	117,50	1001,10



Žilvė Dubinskienė
Direktorė
Žilvė Dubinskienė

1 Savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis)	19547	100/5	7,53	5,7	29,04	197,56
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.) ir pomidoru	18309	20/5/10	1,11	4,4	10,82	87,3
Liofilizuotos braškės	65127	10	0,76	0,37	5,06	26,61
Nesaldinta juoda arbata su citrina	22752	150	0,04	0,01	0,38	1,78
Iš viso:			9,44	10,48	45,30	313,25

Pietūs 12⁰⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Sriuba su kvietinėmis kruopomis, morkomis ir svogūnais (tausojantis) (augalinis)	7130	100	1,81	2,12	14,07	82,56
Viso grūdo ruginė duona	1810	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Keptas su garais maltas kiaulienos sprandinės kepsnys (netikras zuikis) (tausojantis)	10872	60	11,44	16,09	4,09	206,89
Virti griekiai (tausojantis)	2123	60	3,15	0,78	17,33	88,88
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkų griežinėliai ir cukinijų lazdelės)	78076	60	0,55	0,03	1,83	9,73
Vanduo	6634	150	0	0	0	0
Iš viso:			17,93	19,28	47,52	435,12

Vakarienė 15³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Obuoliniai blynėliai	19509	120	5,38	8,34	30,83	219,92
Trintos šaldytos braškės	19596	15	0,1	0,06	3,74	15,86
Sezoniniai vaisiai (melionas)	32118	80	0,32	0	4,88	20,8
Geriamas pienas (2,5 proc. rieb.)	22760	100	2,8	2,5	4,7	52,5
Iš viso:			8,60	10,90	44,15	309,08
Iš viso (dienos davinio):			35,97	40,66	136,97	1057,45



1 Savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis) (augalinis)	33940	75/25	4,09	2,96	23,26	136,03
Sumuštinis su sviestu (82 proc. rieб.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieб.)	14641	20/3/10	4,09	5,44	10,92	109
Sezoniniai vaisiai (vynuogės)	26514	70	0,49	0,14	12,6	53,62
Nesaldinta vaisinė arbata	22757	150	0	0	0	0,03
Iš viso:			8,67	8,54	46,78	298,68

Pietūs 12⁰⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su kopūstais (tausojantis)	70841	150	1,84	2,12	12,44	76,2
Grietinė 30 proc. rieб.	23739	5	0,13	1,5	0,14	14,56
Viso grūdo ruginė duona	1810	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Vištienos filė kepinukai	31597	60	12,72	9,27	9,06	170,54
Virti plikyti ryžiai (tausojantis)	19367	60	2,05	0,1	18,85	84,5
Pekino kopūstų, agurkų, morkų ir porų salotos	61290	70	0,79	2,83	3,23	41,55
Vanduo	6634	150	0	0	0	0
Iš viso:			18,51	16,08	53,92	434,41

Vakarienė 15³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (9 proc. rieб.) (tausojantis)	16695	100	15,4	6,9	32,55	253,93
Natūralus jogurtas (2,8 proc. rieб.)	22977	10	0,37	0,3	0,51	6,22
Trintos šaldytos braškės	19596	15	0,1	0,06	3,74	15,86
Sezoniniai vaisiai (obuoliai)	34384	80	0,32	0	7,92	32,96
Nesaldinta kmyņų arbata	5237	150	0,06	0,04	0,15	1,23
Iš viso:			16,25	7,30	44,87	310,20
Iš viso (dienos davinio):			43,43	31,92	145,57	1043,29



Dubinskienė
Direktorė
Živilė Dubinskienė

I Savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kiaušiniai (tausojantis)	4307	60	7,62	6,54	0,54	91,5
Majonezo padažas (73 proc. rieb.)	23740	8	0,02	2,72	0,48	26,46
Marinuoti agurkėliai	9931	50	0,3	0	1,2	6
Sumuštinis su varškės (9 proc. rieb.) užtepėle	17641	25/20	3,9	1,72	13	83,11
Sezoniniai vaisiai (kiviai)	2424	100	0,9	0,4	14,8	66,4
Nesaldinta vaistažolių arbata	22755	150	0	0	0	0,01
Iš viso:			12,74	11,38	30,02	273,48

Pietūs 12⁰⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	56375	150	2,02	2,2	16,43	93,56
Viso grūdo ruginė duona	1810	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Kalakutienos šlaunelių mėsa troškinta su cukinijomis ir grietinėle 35 proc. rieb. (tausojantis)	31600	65/25/15	12,09	8,6	3,27	138,85
Bulvių košė (tausojantis)	19359	60	1,5	2,77	12,31	80,17
Šviežių daržovių rinkinukas (paprikų juostelės ir pomidorų skiltelės)	58388	80	0,76	0,24	5	25,2
Liofilizuotų aviečių ir vaisių gėrimas	27151	120	0,37	0,14	5,57	24,96
Iš viso:			17,72	14,21	52,78	409,80

Vakarienė 15³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti miltų paplotėliai (tausojantis)	19530	80	5,96	2,79	35,92	192,63
Sviesto (82 proc. rieb.) ir grietinės (30 proc. rieb.) padažas	23742	10	0,22	4,45	2,23	49,84
Geriamas pienas (2,5 proc. rieb.)	22760	100	2,8	2,5	4,7	52,5
Iš viso:			8,98	9,74	42,85	294,97
Iš viso (dienos davinio):			39,44	35,33	125,65	978,25



Žilvė Dubinskienė
Direktorė
Žilvė Dubinskienė

1 Savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Avižinių dribsnių košė su bananų gabaliukais (tausojantis) (augalinis)	27172	150/15	6,11	2,7	31,18	173,46
Trintos šaldytos braškės	19596	15	0,1	0,06	3,74	15,86
Liofilizuotos braškės	65127	10	0,76	0,37	5,06	26,61
Sezoniniai vaisiai (bananai)	28120	70	0,7	0,28	16,38	70,84
Nesaldinta juoda arbata su citrina	22752	150	0,04	0,01	0,38	1,78
Iš viso:			7,71	3,42	56,74	288,55

Pietūs 12⁰⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių (kopūstai, bulvės, morkos, žirneliai) sriuba (tausojantis)	63593	150	2,99	5,66	14,97	122,78
Viso grūdo ruginė duona	1810	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Plikytų ryžių plovos su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	26465	50/50	11,1	8,61	18,94	197,66
Daržovių rinkinukas (marinuotų agurkų griežinėliai ir morkų pagaliukai)	65772	100	0,88	0,16	5,81	28,2
Liofilizuotų bananų ir uogų gėrimas	27157	120	0,33	0,09	6,34	27,52
Iš viso:			16,28	14,78	56,26	423,22

Vakarienė 15³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška miežinių kruopų sriuba (tausojantis)	56376	150	4,92	5,66	17,31	139,81
Sūrio lazdelės 40 proc.rieb.	3842	40	10,68	8,32	0,16	118,24
Sezoniniai vaisiai (apelsinai)	3277	100	0,9	0,1	11,7	51,3
Iš viso:			16,50	14,08	29,17	309,35
Iš viso (dienos davinio):			40,49	32,28	142,17	1021,12



2 Savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių (miežiai, kviečiai, rugiai, avižos, griekiai) dribsnių košė (tausojantis) (augalinis)	27237	150	4,32	0,92	30,91	149,2
Trintos šaldytos braškės	19596	15	0,1	0,06	3,74	15,86
Sezoniniai vaisiai (apelsinai)	40698	70	0,63	0,07	8,19	35,91
Sūrio lazdelės 40 proc. rieš.	6193	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Geriamas pienas (2,5 proc. rieš.)	22760	100	2,8	2,5	4,7	52,5
Iš viso:			13,19	7,71	47,62	312,59

Pietūs 12⁰⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų, morkų ir svogūnų sriuba (augalinis) (tausojantis)	56386	150	1,62	3,07	12,71	84,9
Viso grūdo ruginė duona	1810	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Lydekos filė ir lašišos maltiniai (tausojantis)	18260	35/25	12,64	12,96	1,43	172,94
Virti plikyti ryžiai (tausojantis)	19367	60	2,05	0,1	18,85	84,5
Burokėlių salotos	61306	70	2,05	1,97	3,42	39,58
Vanduo	6634	150	0	0	0	0
Iš viso:			19,34	18,36	46,61	428,98

Vakarienė 15³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9 proc. rieš.) blynėliai	20336	25/75	9,62	10,69	30,44	256,5
Natūralus jogurtas (2,8 proc. rieš.) su braškėmis	23022	20	0,47	0,37	3,04	17,32
Nesaldinta vaistažolių arbata	22755	150	0	0	0	0,01
Iš viso:			10,09	11,06	33,48	273,83
Iš viso (dienos davinio):			42,62	37,13	127,71	1015,40



2 Savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška kukurūzų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	9432	146/4	4,26	5,9	28,95	185,9
Šviesi duona su sviestu (82 proc. rieb.) ir pomidoru	18309	20/5/10	1,11	4,4	10,82	87,3
Nesaldinta vaistažolių arbata	22755	150	0	0	0	0,01
Iš viso:			5,37	10,30	39,77	273,21

Pietūs 12⁰⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	56454	150	1,99	3,12	11,03	80,21
Viso grūdo ruginė duona	1851	30	1,47	0,39	15,3	70,59
Orkaitėje kepti vištienos šlaunelių mėsos kepsniukai (tausojantis)	40372	60	11,74	6,47	0,72	108,11
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės ir morkų lazdelės (augalinis) (tausojantis)	27011	50/50	1,6	2,1	15,22	86,22
Pekino kopūstų, paprikų ir agurkų salotos	77479	80	0,85	2,87	3,41	42,87
Liofilizuotų serbentų ir vaisių gėrimas	27149	120	0,36	0,16	6,07	27,12
Iš viso:			18,01	15,11	51,75	415,12

Vakarienė 15³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Omletas su fermentiniu sūriu 45 proc. rieb. (tausojantis)	4295	70/10	12,67	11,9	10,73	200,67
Marinuoti agurkėliai	18464	50	0,4	0,1	1,38	8
Liofilizuotos braškės	65127	10	0,76	0,37	5,06	26,61
Sezoniniai vaisiai (bananai)	28120	70	0,7	0,28	16,38	70,84
Nesaldinta juoda arbata su citrina	22752	150	0,04	0,01	0,38	1,78
Iš viso:			14,57	12,66	33,93	307,90
Iš viso (dienos davinio):			37,95	38,07	125,45	996,23

8



Dubinskis
Direktorė
Živilė Dubinskienė

2 Savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	27205	145/5	6,39	6,62	32,2	213,92
Varškės (9 proc. rieb.) desertas su bananais ir šaldytomis braškėmis	16572	40/25/15	5,69	3,11	9,65	89,33
Nesaldinta vaisinė arbata	22757	150	0	0	0	0,03
Iš viso:			12,08	9,73	41,85	303,28

Pietūs 12⁰⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	70826	150	4,34	1,3	17,82	100,31
Viso grūdo ruginė duona	1810	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Kiaulienos sprandinės maltinis (tausojantis)	15155	60	9,47	14,02	3,47	177,9
Virti griekiai (tausojantis)	2123	60	3,15	0,78	17,33	88,88
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkų griežinėliai ir cukinijų lazdelės)	23351	80	0,76	0,04	2,48	13,32
Vanduo	6634	150	0	0	0	0
Iš viso:			18,70	16,40	51,30	427,47

Vakarienė 15³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis) (augalinis)	19570	120	9,08	1,92	34,88	193,13
Sūrio lazdelės 40 proc. rieb.	6193	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Sezoniniai vaisiai (kiviai)	55967	80	0,72	0,32	11,84	53,12
Nesaldinta krynų arbata	5237	150	0,06	0,04	0,15	1,23
Iš viso:			15,20	6,44	46,95	306,60
Iš viso (dienos davinio):			45,98	32,57	140,10	1037,35



Žilvė Dubinskienė
Direktorė
Žilvė Dubinskienė

2 Savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri grikių košė (tausojantis) (augalinis)	33956	100	4,07	2,99	22,21	132,08
Sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc. rieb.)	14641	20/3/10	4,09	5,44	10,92	109
Geriamas pienas (2,5 proc. rieb.)	22760	100	2,8	2,5	4,7	52,5
Iš viso:			10,96	10,93	37,83	293,58

Pietūs 12⁰⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis)	56440	150	1,74	5,18	12,71	104,46
Batono skrebučiai	16384	10	0,8	0,23	5,34	26,63
Bulvių plokštainis su vištienos šlaunelių mėsa	22619	110/40	10,85	6,75	24,05	200,4
Grietinė 30 proc. rieb.	1621	15	0,39	4,5	0,41	43,68
Daržovių rinkinukas (marinuotų agurkų griežinėliai ir paprikų juostelės)	60270	100	0,87	0,2	5,52	27,34
Liofilizuotų aviečių ir vaisių gėrimas	27151	120	0,37	0,14	5,57	24,96
Iš viso:			15,02	17,00	53,60	427,47

Vakarienė 15³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Varškės (9 proc. rieb.) apkepas (tausojantis)	16691	120	20,01	13,02	14,59	255,53
Trintos šaldytos braškės	19596	15	0,1	0,06	3,74	15,86
Sezoniniai vaisiai (obuoliai)	34384	80	0,32	0	7,92	32,96
Nesaldinta kmylių arbata	5237	150	0,06	0,04	0,15	1,23
Iš viso:			20,49	13,12	26,40	305,58
Iš viso (dienos davinio):			46,47	41,05	117,83	1026,63

10



Dubinskienė

Direktorė
Živilė Dubinskienė

2 Savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška manų kruopų košė su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis)	27168	145/5	5,64	6,33	26,97	187,4
Liofilizuotos braškės	65127	10	0,76	0,37	5,06	26,61
Sezoniniai vaisiai (vynuogės)	50175	120	0,84	0,24	21,6	91,92
Nesaldinta vaisinė arbata	22757	150	0	0	0	0,03
Iš viso:			7,24	6,94	53,63	305,96

Pietūs 12⁰⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	56457	150	5,55	2,26	17,53	112,73
Viso grūdo ruginė duona	1810	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Troškinti kopūstai su kiaulienos sprandine (tausojantis)	33657	60/50	9,31	13,44	5,5	180,17
Virtos bulvės (tausojantis)	10704	60	1,2	0,06	11,82	52,62
Daržovių rinkinukas (marinuotų agurkų griežinėliai ir pomidorų skiltelės)	20776	100	0,94	0,34	4,89	26,36
Vanduo	6634	150	0	0	0	0
Iš viso:			17,98	16,36	49,94	418,94

Vakarienė 15³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	56464	150	6,11	7,49	18,8	167,03
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.)	5103	25/5	1,25	4,43	12,79	95,99
Sezoniniai vaisiai (melionai)	32118	80	0,32	0	4,88	20,8
Iš viso:			7,68	11,92	36,47	283,82
Iš viso (dienos davinio):			32,90	35,22	140,04	1008,72



Dubinskė

Direktorė
Živilė Dubiuskienė

3 Savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 8³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška avižinių dribsnių košė su obuoliais ir sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	27222	145/30/5	7,62	8,43	31,63	232,82
Liofilizuotos braškės	65127	10	0,76	0,37	5,06	26,61
Sezoniniai vaisiai (obuoliai)	2130	100	0,4	0	9,9	41,2
Nesaldinta vaistažolių arbata	22755	150	0	0	0	0,01
Iš viso:			8,78	8,80	46,59	300,64

Pietūs 12⁰⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (tausojantis)	56454	150	1,99	3,12	11,03	80,21
Grietinė 30 proc. rieb.	23739	5	0,13	1,5	0,14	14,56
Viso grūdo ruginė duona	1810	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Orkaitėje keptas lašišos filė kepsiukas (tausojantis)	22693	60	12,39	11,78	1,17	160,29
Virti plikyti ryžiai (tausojantis)	19367	60	2,05	0,1	18,85	84,5
Šviežių kopūstų salotos su morkomis	77483	70	0,97	3,03	4,5	49,14
Vanduo	6634	150	0	0	0	0
Iš viso:			18,51	19,79	45,89	435,76

Vakarienė 15³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (augalinis) (tausojantis)	27059	160	3,44	4,18	31,92	179,07
Marinuoti agurkėliai	18464	50	0,4	0,1	1,38	8
Sezoniniai vaisiai (kriaušės)	32779	80	0,24	0,32	12,08	52,16
Geriamas kefyras (2,5 proc. rieb.)	5323	100	3,2	2,5	4	51,3
Iš viso:			7,28	7,10	49,38	290,53
Iš viso (dienos davinio):			34,57	35,69	141,86	1026,93

12



Dubinskienė
Direktorė
Živilė Dubinskienė

3 Savaitė
Antradienis

Pusryčiai 8³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kiaušiniai (tausojantis)	4307	60	7,62	6,54	0,54	91,5
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.) ir pomidoru	18309	20/5/10	1,11	4,4	10,82	87,3
Sezoniniai vaisiai (bananai)	51707	100	1	0,4	23,4	101,2
Nesaldinta kmyņu arbata	5237	150	0,06	0,04	0,15	1,23
Iš viso:			9,79	11,38	34,91	281,23

Pietūs 12⁰⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kopūstų, morkų ir svogūnų sriuba (augalinis) (tausojantis)	56470	150	1,36	2,06	12,45	73,81
Viso grūdo ruginė duona	1810	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Kiaulienos sprandinės maltinis (tausojantis)	15155	60	9,47	14,02	3,47	177,9
Virti griekiai (tausojantis)	2123	60	3,15	0,78	17,33	88,88
Šviežių daržovių (paprikos, ridikėliai, agurkai, pomidorai) salotos	61476	80	0,78	2,89	4,37	46,65
Vanduo	6634	150	0	0	0	0
Iš viso:			15,74	20,01	47,82	434,30

Vakarienė 15³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bananiniai blynėliai	19537	100	5,5	7,42	32,53	218,93
Trintos šaldytos braškės	19596	15	0,1	0,06	3,74	15,86
Geriamas pienas (2,5 proc. rieb.)	22760	100	2,8	2,5	4,7	52,5
Iš viso:			8,40	9,98	40,97	287,29
Iš viso (dienos davinio):			33,93	41,37	123,70	1002,82



Dubinskė
Direktorė
Živilė Dubinskienė

3 Savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 8³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška kukurūzų ir manų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	31040	125/5	5,52	6,29	32,08	207,01
Liofilizuotos braškės	65127	10	0,76	0,37	5,06	26,61
Sezoniniai vaisiai (vynuogės)	26514	70	0,49	0,14	12,6	53,62
Nesaldinta vaistažolių arbata	22755	150	0	0	0	0,01
Iš viso:			6,77	6,80	49,74	287,25

Pietūs 12⁰⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	70826	150	4,34	1,3	17,82	100,31
Viso grūdo ruginė duona	1810	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	26472	60/30	8,5	9,35	25,34	219,49
Grietinė 30 proc. rieb.	1621	15	0,39	4,5	0,41	43,68
Daržovių rinkinukas (marinuotų agurkų griežinėliai ir paprikų juostelės)	60270	100	0,87	0,2	5,52	27,34
Vanduo	6634	150	0	0	0	0
Iš viso:			15,08	15,61	59,29	437,88

Vakarienė 15³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Mieliniai blynai	15113	100	7,74	10,94	39,35	286,84
Trintos šaldytos braškės	19596	15	0,1	0,06	3,74	15,86
Nesaldinta juoda arbata su citrina	22752	150	0,04	0,01	0,38	1,78
Iš viso:			7,88	11,01	43,47	304,48
Iš viso (dienos davinio):			29,73	33,42	152,50	1029,61



Dubinskė
Direktorė
Živilė Dubinskienė

3 Savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Penkių rūšių (kviečiai, miežiai, rugiai, avižos, griekiai) dribsnių košė (tausojantis) (augalinis)	27237	150	4,32	0,92	30,91	149,2
Trintos šaldytos braškės	19596	15	0,1	0,06	3,74	15,86
Sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir varškės sūriu (22 proc. rieb.)	18315	20/5/15	4,59	7,62	10,14	127,5
Sezoniniai vaisiai (melionai)	32118	80	0,32	0	4,88	20,8
Nesaldinta vaistažolių arbata	22755	150	0	0	0	0,01
Iš viso:			9,33	8,60	49,67	313,37

Pietūs 12⁰⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių (kopūstai, morkos, bulvės, žirneliai) sriuba (tausojantis)	63593	150	2,99	5,66	14,97	122,78
Batono skrebučiai	16384	10	0,8	0,23	5,34	26,63
Orkaitėje keptos vištienos blauzdelės (tausojantis)	40377	80	15,23	8,91	0,61	143,52
Virti ryžiai (tausojantis)	19367	60	2,05	0,1	18,85	84,5
Morkų salotos su aliejumi	61477	70	0,82	1,9	8,09	52,72
Vanduo	6634	150	0	0	0	0
Iš viso:			21,89	16,80	47,86	430,15

Vakarienė 15³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti varškėčiai (9 proc. rieb.) (tausojantis)	16695	100	15,4	6,9	32,55	253,93
Sviesto (82 proc. rieb.) ir grietinės (30 proc. rieb.) padažas	23742	10	0,22	4,45	2,23	49,84
Nesaldinta vaisinė arbata	22757	150	0	0	0	0,03
Iš viso:			15,62	11,35	34,78	303,80
Iš viso (dienos davinio):			46,84	36,75	132,31	1047,32



Dubinskienė
Direktorė
Živilė Dubinskienė

3 Savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 8³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniškas plikytų ryžių pudingas (tausojantis)	33958	120	5,99	7,01	34,96	226,86
Skrebutis pieno (2,5 proc. rieb.) ir kiaušinių plakinyje (tausojantis)	16410	20/10/10	2,9	1,58	13,21	78,67
Nesaldinta kmynų arbata	5237	150	0,06	0,04	0,15	1,23
Iš viso:			8,95	8,63	48,32	306,76

Pietūs 12⁰⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių ir perlinių kruopų sriuba (tausojantis) (augalinis)	56497	150	4,86	2,31	18,15	112,8
Viso grūdo ruginė duona	1810	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Kalakutienos šlaunelių mėsos guliašas (tausojantis)	8519	80	13,73	9,3	4,88	158,14
Virtos bulvės (tausojantis)	10704	60	1,2	0,06	11,82	52,62
Šviežių daržovių rinkinukas (paprikų juostelės ir pomidorų skiltelės)	58388	80	0,76	0,24	5	25,2
Sezoniniai vaisiai (apelsinai)	40698	70	0,63	0,07	8,19	35,91
Vanduo	6634	150	0	0	0	0
Iš viso:			22,16	12,24	58,24	431,73

Vakarienė 15³⁰ val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis) (augalinis)	19570	120	9,08	1,92	34,88	193,13
Agurkų griežinėliai	9973	40	0,28	0	1,12	5,6
Sūrio lazdelės 40 proc. rieb.	6193	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Geriamas pienas (2,5 proc. rieb.)	22760	100	2,8	2,5	4,7	52,5
Iš viso:			17,50	8,58	40,78	310,35
Iš viso (dienos davinio):			48,61	29,45	147,34	1048,84



Dubinskienė
Direktorė
Živilė Dubinskienė