

# Kauno lopšelis - darželis „Žemyna“

Kalniečių g. 257, Kaunas

## 15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4 - 7 metų vaikams

Be glitimo (kviečių, miežių, rugių, speltos) ir avižų

Įstaigos darbo laikas

Nuo 7<sup>00</sup> iki 19<sup>00</sup> val.



*Žubinskė*  
Direktorė  
Živilė Dubinskienė

1 Savaitė  
Pirmadienis

Pusryčiai 8<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	14096	180/20	6,62	8,58	37,64	254,28
Sezoniniai vaisiai (kriaušės)	19016	160	0,48	0,64	24,16	104,32
Nesaldinta vaistažolių arbata	22756	200	0	0	0	0,02
<b>Iš viso:</b>			<b>7,10</b>	<b>9,22</b>	<b>61,80</b>	<b>358,62</b>

Pietūs 12<sup>00</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	70828	150	4,34	1,3	17,82	100,31
Jūros lydekos maltiniai (tausojantis)	18530	80	14,3	12,41	13,1	221,28
Bulvių košė (tausojantis)	19407	80	2,13	4,63	16,65	116,77
Burokėlių salotos su žirneliais ir agurkais	61481	90	2,38	3,84	5,1	64,48
Vanduo	6633	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>23,15</b>	<b>22,18</b>	<b>52,67</b>	<b>502,84</b>

Vakarienė 15<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti varškėčiai (9 proc. rie.) (tausojantis)	8178	120	14,98	16,48	21,15	292,86
Natūralus jogurtas (2,8 proc. rie.)	22978	20	0,74	0,6	1,02	12,44
Trintos šaldytos braškės	9224	18	0,13	0,07	3,96	16,98
Nesaldinta kmyņu arbata	22754	200	0,08	0,06	0,2	1,64
<b>Iš viso:</b>			<b>15,93</b>	<b>17,21</b>	<b>26,33</b>	<b>323,92</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>46,18</b>	<b>48,61</b>	<b>140,80</b>	<b>1185,38</b>



1 Savaitė  
Antradienis

Pusryčiai 8<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai be glitimo (tausojantis) (augalinis)	10698	150	3,54	6,87	49,11	272,44
Agurkų griežinėliai	9974	40	0,28	0	1,12	5,6
Liofilizuotos braškės	19035	10	0,76	0,37	5,06	26,61
Nesaldinta juoda arbata su citrina	22753	200	0,04	0,01	0,38	1,79
<b>Iš viso:</b>			<b>4,62</b>	<b>7,25</b>	<b>55,67</b>	<b>306,44</b>

Pietūs 12<sup>00</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Daržovių (morkos, svogūnai, bulvės) sriuba (tausojantis) (augalinis)	70834	150	2,25	3,14	17,11	105,73
Kiaulienos sprandinės maltinis (tausojantis)	26866	80	12,78	20,11	10,76	275,19
Virti griekiai (tausojantis)	19414	80	3,78	0,93	20,79	106,65
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkų griežinėliai ir cukinijų lazdelės)	78079	80	0,76	0,04	2,48	13,32
Vanduo	6633	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>19,57</b>	<b>24,22</b>	<b>51,14</b>	<b>500,89</b>

Vakarienė 15<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Obuoliniai blynėliai	19826	150	4,37	10,78	44,25	291,49
Trintos šaldytos braškės	9224	18	0,13	0,07	3,96	16,98
Sezoniniai vaisiai (melionas)	32119	80	0,32	0	4,88	20,8
Geriamas pienas (2,5 proc. rieb.)	26861	100	2,8	2,5	4,7	52,5
<b>Iš viso:</b>			<b>7,62</b>	<b>13,35</b>	<b>57,79</b>	<b>381,77</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>31,81</b>	<b>44,82</b>	<b>164,60</b>	<b>1189,10</b>



1 Savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai 8<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (tausojantis) (augalinis)	33969	80/40	5,51	3,28	31,66	178,21
Kukurūzų trapučiai	7123	20	1,84	1,1	14,5	75,26
Sezoniniai vaisiai (vynuogės)	49765	120	0,84	0,24	21,6	91,92
Nesaldinta vaisinė arbata	12459	200	0	0	0	0,03
<b>Iš viso:</b>			<b>8,19</b>	<b>4,62</b>	<b>67,76</b>	<b>345,42</b>

Pietūs 12<sup>00</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba su kopūstais (tausojantis)	70876	150	1,84	2,12	12,44	76,2
Grietinė 30 proc. rieš.	23758	7	0,18	2,1	0,19	20,38
Vištienos filė kepinukai	31599	80	18,62	13,51	12,64	246,57
Virti plikyti ryžiai (tausojantis)	19410	80	2,46	0,12	22,62	101,4
Pekino kopūstų, agurkų, morkų ir porų salotos	61495	90	1,03	3,77	4,23	54,99
Vanduo	6633	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>24,13</b>	<b>21,62</b>	<b>52,12</b>	<b>499,54</b>

Vakarienė 15<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta varškė (9 proc. rieš.) su šaldytų braškių padažu	19007	110/40	18,65	10,06	9,34	202,48
Kukurūzų trapučiai	7123	20	1,84	1,1	14,5	75,26
Sezoniniai vaisiai (obuoliai)	34383	80	0,32	0	7,92	32,96
Nesaldinta kmynų arbata	22754	200	0,08	0,06	0,2	1,64
<b>Iš viso:</b>			<b>20,89</b>	<b>11,22</b>	<b>31,96</b>	<b>312,34</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>53,21</b>	<b>37,46</b>	<b>151,84</b>	<b>1157,30</b>



*Dubinskė*  
Direktorė  
Živilė Dubinskienė



1 Savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kiaušiniai (tausojantis)	2248	120	15,24	13,08	1,08	183
Majonezo padažas (73 proc. rieb.)	23741	10	0,02	3,4	0,6	33,08
Marinuoti agurkėliai	9923	50	0,3	0	1,2	6
Kukurūzų trapučiai	7123	20	1,84	1,1	14,5	75,26
Sezoniniai vaisiai (kiviai)	31711	100	0,9	0,4	14,8	66,4
Nesaldinta vaistažolių arbata	22756	200	0	0	0	0,02
<b>Iš viso:</b>			<b>18,30</b>	<b>17,98</b>	<b>32,18</b>	<b>363,76</b>

Pietūs 12<sup>00</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Marinuotų agurkų sriuba su morkomis, svogūnais ir bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	27979	150	1,16	3,07	10,26	73,3
Kukurūzų trapučiai	7123	20	1,84	1,1	14,5	75,26
Kalakutienos šlaunelių mėsa troškinta su cukinijomis ir grietinėle 35 proc. rieb. (tausojantis)	31601	75/20/25	15,23	12,94	3,95	193,18
Bulvių košė (tausojantis)	19407	80	2,13	4,63	16,65	116,77
Šviežių daržovių rinkinukas (paprikų juostelės ir pomidorų skiltelės)	19411	110	1,04	0,32	6,92	34,72
Vanduo	6633	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>21,40</b>	<b>22,06</b>	<b>52,28</b>	<b>493,23</b>

Vakarienė 15<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai be glitimo (tausojantis) (augalinis)	10698	150	3,54	6,87	49,11	272,44
Pomidorų skiltelės	11638	80	0,8	0,32	4,64	24,64
Geriamas pienas (2,5 proc. rieb.)	26861	100	2,8	2,5	4,7	52,5
<b>Iš viso:</b>			<b>7,14</b>	<b>9,69</b>	<b>58,45</b>	<b>349,58</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>46,84</b>	<b>49,73</b>	<b>142,91</b>	<b>1206,57</b>



1 Savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai 8<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Kukurūzų košė (tausojantis) (augalinis)	14097	200	4,25	7,78	40,49	248,98
Trintos šaldytos braškės	9224	18	0,13	0,07	3,96	16,98
Liofilizuotos braškės	19271	20	1,52	0,74	10,12	53,22
Sezoniniai vaisiai (apelsinai)	51073	100	0,9	0,1	11,7	51,3
Nesaldinta juoda arbata su citrina	22753	200	0,04	0,01	0,38	1,79
<b>Iš viso:</b>			<b>6,84</b>	<b>8,70</b>	<b>66,65</b>	<b>372,27</b>

Pietūs 12<sup>00</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta daržovių (kopūstai, bulvės, morkos, žirneliai) sriuba (tausojantis)	70881	150	2,99	5,66	14,97	122,78
Kukurūzų trapučiai	7123	20	1,84	1,1	14,5	75,26
Plikytų ryžių plovas su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	26505	60/70	15,19	10,04	23,8	246,29
Daržovių rinkinukas (marinuotų agurkų griežinėliai ir morkų pagaliukai)	77513	130	1,14	0,21	7,4	36,05
Vanduo	6633	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>21,16</b>	<b>17,01</b>	<b>60,67</b>	<b>480,38</b>

Vakarienė 15<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šaldytų daržovių (morkos, žirneliai, svogūnai, žiediniai kopūstai) troškiny (augalinis) (tausojantis)	11649	150	8,15	12,1	37,54	291,59
Kukurūzų trapučiai	7123	20	1,84	1,1	14,5	75,26
Nesaldinta vaistažolių arbata	22756	200	0	0	0	0,02
<b>Iš viso:</b>			<b>9,99</b>	<b>13,20</b>	<b>52,04</b>	<b>366,87</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>37,99</b>	<b>38,91</b>	<b>179,36</b>	<b>1219,52</b>

2 Savaitė

6



*Dubinskė*  
Direktorė  
Živilė Dubinskienė

Pirmadienis

Pusryčiai 8<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	14096	180/20	6,62	8,58	37,64	254,28
Sūrio lazdelės 40 proc. rieб.	15866	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Geriamas pienas (2,5 proc. rieб.)	22836	150	4,2	3,75	7,05	78,75
<b>Iš viso:</b>			<b>16,16</b>	<b>16,49</b>	<b>44,77</b>	<b>392,15</b>

Pietūs 12<sup>00</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Šviežių kopūstų, morkų ir svogūnų sriuba (augalinis) (tausojantis)	56514	150	1,62	3,07	12,71	84,9
Jūros lydekos filė kepsniukas (tausojantis)	22754	80	17,22	9,08	12,43	200,28
Virti plikyti ryžiai (tausojantis)	19410	80	2,46	0,12	22,62	101,4
Burokėlių salotos	61500	90	2,51	2,91	4,1	52,63
Vanduo	6633	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>23,81</b>	<b>15,18</b>	<b>51,86</b>	<b>439,21</b>

Vakarienė 15<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Blynėliai	19828	120	4,84	11,5	41,65	289,44
Natūralus jogurtas (2,8 proc. rieб.) su braškėmis	23023	30	0,65	0,51	4,51	25,19
Sezoniniai vaisiai (apelsinai)	40697	70	0,63	0,07	8,19	35,91
Nesaldinta vaistažolių arbata	22756	200	0	0	0	0,02
<b>Iš viso:</b>			<b>6,12</b>	<b>12,08</b>	<b>54,35</b>	<b>350,56</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>46,09</b>	<b>43,75</b>	<b>150,98</b>	<b>1181,92</b>

7





2 Savaitė  
Antradienis

Pusryčiai 8<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška kukurūzų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	9433	195/5	6,09	6,55	38,45	237,11
Kukurūzų trapučiai	7123	20	1,84	1,1	14,5	75,26
Nesaldinta vaistažolių arbata	22756	200	0	0	0	0,02
<b>Iš viso:</b>			<b>7,93</b>	<b>7,65</b>	<b>52,95</b>	<b>312,39</b>

Pietūs 12<sup>00</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (augalinis) (tausojantis)	56523	150	1,99	3,12	11,03	80,21
Kukurūzų trapučiai	7123	20	1,84	1,1	14,5	75,26
Orkaitėje kepti vištienos šlaunelių mėsos kepsniukai (tausojantis)	40410	80	15,32	8,52	0,9	141,56
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės ir morkų lazdelės (augalinis) (tausojantis)	27028	60/60	1,92	3,12	18,27	108,87
Pekino kopūstų, paprikų ir agurkų salotos	77520	100	1,11	3,81	4,65	57,37
Vanduo	6633	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>22,18</b>	<b>19,67</b>	<b>49,35</b>	<b>463,27</b>

Vakarienė 15<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kiaušiniai (tausojantis)	2248	120	15,24	13,08	1,08	183
Marinuoti agurkėliai	9923	50	0,3	0	1,2	6
Liofilizuotos braškės	19035	10	0,76	0,37	5,06	26,61
Sezoniniai vaisiai (bananai)	26509	100	1	0,4	23,4	101,2
Nesaldinta juoda arbata su citrina	22753	200	0,04	0,01	0,38	1,79
<b>Iš viso:</b>			<b>17,34</b>	<b>13,86</b>	<b>31,12</b>	<b>318,60</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>47,45</b>	<b>41,18</b>	<b>133,42</b>	<b>1094,26</b>



*Dubinskė*  
Direktorė  
Živilė Dubinskienė



2 Savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai 8<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Moliūgų košė (augalinis) (tausojantis)	13629	200	4,2	12,32	34,53	265,79
Varškės (9 proc. rieb.) desertas su bananais ir šaldytomis braškėmis	16722	55/25/20	7,55	4,16	10,32	108,87
Nesaldinta vaisinė arbata	12459	200	0	0	0	0,03
<b>Iš viso:</b>			<b>11,75</b>	<b>16,48</b>	<b>44,85</b>	<b>374,69</b>

Pietūs 12<sup>00</sup> 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)	70828	150	4,34	1,3	17,82	100,31
Kiaulienos sprandinės maltinis (tausojantis)	26866	80	12,78	20,11	10,76	275,19
Virti griekiai (tausojantis)	19414	80	3,78	0,93	20,79	106,65
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkų griežinėliai ir cukinijų lazdelės)	23353	100	0,95	0,05	3,1	16,65
Vanduo	6633	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>21,85</b>	<b>22,39</b>	<b>52,47</b>	<b>498,80</b>

Vakarienė 15<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai be glitimo (tausojantis) (augalinis)	10698	150	3,54	6,87	49,11	272,44
Sezoniniai vaisiai (kiviai)	31711	100	0,9	0,4	14,8	66,4
Nesaldinta kmylių arbata	22754	200	0,08	0,06	0,2	1,64
<b>Iš viso:</b>			<b>4,52</b>	<b>7,33</b>	<b>64,11</b>	<b>340,48</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>38,12</b>	<b>46,20</b>	<b>161,43</b>	<b>1213,97</b>

9



*Dubinskė*  
Direktorė  
Živilė Dubinskienė

2 Savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Biri grikių košė (tausojantis) (augalinis)	33971	150	6,34	4,55	34,69	205,07
Kukurūzų trapučiai	7123	20	1,84	1,1	14,5	75,26
Geriamas pienas (2,5 proc.rieb.)	22836	150	4,2	3,75	7,05	78,75
<b>Iš viso:</b>			<b>12,38</b>	<b>9,40</b>	<b>56,24</b>	<b>359,08</b>

Pietūs 12<sup>00</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis)	56517	150	1,73	5,17	12,65	104,08
Bulvių plokštainis su vištienos šlaunelių mėsa	22658	120/50	13,24	8,82	28,21	245,16
Grietinė 30 proc.rieb.	3308	25	0,65	7,5	0,68	72,8
Daržovių rinkinukas (marinuotų agurkų griežinėliai ir paprikų juostelės)	19420	100	0,87	0,2	5,52	27,34
Vanduo	6633	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>16,49</b>	<b>21,69</b>	<b>47,06</b>	<b>449,38</b>

Vakarienė 15<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Orkaitėje kepti varškėčiai (9 proc.rieb.) (tausojantis)	8178	120	14,98	16,48	21,15	292,86
Trintos šaldytos braškės	9224	18	0,13	0,07	3,96	16,98
Sezoniniai vaisiai (obuoliai)	67444	120	0,48	0	11,88	49,44
Nesaldinta kmyņu arbata	22754	200	0,08	0,06	0,2	1,64
<b>Iš viso:</b>			<b>15,67</b>	<b>16,61</b>	<b>37,19</b>	<b>360,92</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>44,54</b>	<b>47,70</b>	<b>140,49</b>	<b>1169,38</b>



2 Savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai 8<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška plikytų ryžių košė (tausojantis)	12667	200	6,23	6,18	43,26	253,5
Liofilizuotos braškės	19271	20	1,52	0,74	10,12	53,22
Sezoniniai vaisiai (vynuogės)	41997	70	0,49	0,14	12,6	53,62
Nesaldinta vaisinė arbata	12459	200	0	0	0	0,03
<b>Iš viso:</b>			<b>8,24</b>	<b>7,06</b>	<b>65,98</b>	<b>360,37</b>

Pietūs 12<sup>00</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	56527	150	5,53	2,26	17,49	112,41
Troškinti kopūstai su kiaulienos sprandine (tausojantis)	33679	70/90	12,89	19	7,09	250,96
Virtos bulvės (tausojantis)	19356	80	1,6	0,08	15,76	70,16
Daržovių rinkinukas (marinuotų agurkų griežinėliai ir pomidorų skiltelės)	20711	120	1,1	0,38	5,44	29,56
Vanduo	6633	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>21,12</b>	<b>21,72</b>	<b>45,78</b>	<b>463,09</b>

Vakarienė 15<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai be glitimo (tausojantis) (augalinis)	10698	150	3,54	6,87	49,11	272,44
Sezoniniai vaisiai (melionai)	51269	140	0,56	0	8,54	36,4
Nesaldinta vaisinė arbata	12459	200	0	0	0	0,03
<b>Iš viso:</b>			<b>4,10</b>	<b>6,87</b>	<b>57,65</b>	<b>308,87</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>33,46</b>	<b>35,65</b>	<b>169,41</b>	<b>1132,33</b>



*Dubinskienė*  
Direktore  
D. Dubinskienė



3 Savaitė  
Pirmadienis

Pusryčiai 8<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žiedinių kopūstų ir morkų košė (tausojantis) (augalinis)	27988	200	5,56	8,51	28,7	213,6
Liofilizuotos braškės	19271	20	1,52	0,74	10,12	53,22
Sezoniniai vaisiai (obuoliai)	19226	140	0,56	0	13,86	57,68
Nesaldinta vaistažolių arbata	22756	200	0	0	0	0,02
<b>Iš viso:</b>			<b>7,64</b>	<b>9,25</b>	<b>52,68</b>	<b>324,52</b>

Pietūs 12<sup>00</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Burokėlių sriuba (tausojantis)	56523	150	1,99	3,12	11,03	80,21
Grietinė 30 proc. rieb.	6641	10	0,26	3	0,27	29,12
Orkaitėje keptas lašišos filė kepsiukas (tausojantis)	22694	80	16,61	15,49	1,36	211,35
Virti plikyti ryžiai (tausojantis)	19410	80	2,46	0,12	22,62	101,4
Šviežių kopūstų salotos su morkomis	77523	100	1,35	4,04	6,4	67,35
Vanduo	6633	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>22,67</b>	<b>25,77</b>	<b>41,68</b>	<b>489,43</b>

Vakarienė 15<sup>30</sup> 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)	27062	200	4,24	4,22	39,8	214,15
Marinuoti agurkėliai	9923	50	0,3	0	1,2	6
Sezoniniai vaisiai (kriaušės)	49766	120	0,36	0,48	18,12	78,24
Geriamas kefyras (2,5 proc. rieb.)	26866	150	4,8	3,75	6	76,95
<b>Iš viso:</b>			<b>9,70</b>	<b>8,45</b>	<b>65,12</b>	<b>375,34</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>40,01</b>	<b>43,47</b>	<b>159,48</b>	<b>1189,29</b>



*Dubinskė*  
Direktorė  
Živilė Dubinskienė



3 Savaitė  
Antradienis

Pusryčiai 8<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti kiaušiniai (tausojantis)	4326	90	11,43	9,81	0,81	137,25
Kukurūzų trapučiai	7123	20	1,84	1,1	14,5	75,26
Pomidorų skiltelės	11638	80	0,8	0,32	4,64	24,64
Sezoniniai vaisiai (bananai)	57615	120	1,2	0,48	28,08	121,44
Nesaldinta kmynų arbata	22754	200	0,08	0,06	0,2	1,64
<b>Iš viso:</b>			<b>15,35</b>	<b>11,77</b>	<b>48,23</b>	<b>360,23</b>

Pietūs 12<sup>00</sup> 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)	56531	150	1,44	3,07	12,53	83,46
Kiaulienos sprandinės maltinis (tausojantis)	26866	80	12,78	20,11	10,76	275,19
Virti griekiai (tausojantis)	19414	80	3,78	0,93	20,79	106,65
Šviežių daržovių (paprikos, ridikėliai, agurkai, pomidorai) salotos	61758	100	0,98	2,94	5,53	52,44
Vanduo	6633	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>18,98</b>	<b>27,05</b>	<b>49,61</b>	<b>517,74</b>

Vakarienė 15<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Bananiniai blynėliai	19827	120	4,29	9	38,84	253,48
Trintos šaldytos braškės	9224	18	0,13	0,07	3,96	16,98
Geriamas pienas (2,5 proc.rieb.)	26861	100	2,8	2,5	4,7	52,5
<b>Iš viso:</b>			<b>7,22</b>	<b>11,57</b>	<b>47,50</b>	<b>322,96</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>41,55</b>	<b>50,39</b>	<b>145,34</b>	<b>1200,93</b>



*Dubinskienė*

Direktore  
Živilė Dubinskienė

3 Savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai 8<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniška kukurūzų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	9433	195/5	6,09	6,55	38,45	237,11
Liofilizuotos braškės	19271	20	1,52	0,74	10,12	53,22
Sezoniniai vaisiai (vynuogės)	41997	70	0,49	0,14	12,6	53,62
Nesaldinta vaistažolių arbata	22756	200	0	0	0	0,02
<b>Iš viso:</b>			<b>8,10</b>	<b>7,43</b>	<b>61,17</b>	<b>343,97</b>

Pietūs 12<sup>00</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pupelių sriuba su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	70828	150	4,34	1,3	17,82	100,31
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	26507	110/70	15,53	11,81	38	320,39
Grietinė 30 proc. rieb.	3459	15	0,39	4,5	0,41	43,68
Daržovių rinkinukas (marinuotų agurkų griežinėliai ir paprikų juostelės)	19420	100	0,87	0,2	5,52	27,34
Vanduo	6633	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>21,13</b>	<b>17,81</b>	<b>61,75</b>	<b>491,72</b>

Vakarienė 15<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Blynėliai	19828	120	4,84	11,5	41,65	289,44
Trintos šaldytos braškės	9224	18	0,13	0,07	3,96	16,98
Nesaldinta juoda arbata su citrina	22753	200	0,04	0,01	0,38	1,79
<b>Iš viso:</b>			<b>5,01</b>	<b>11,58</b>	<b>45,99</b>	<b>308,21</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>34,24</b>	<b>36,82</b>	<b>168,91</b>	<b>1143,90</b>



3 Savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 8<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Grikių košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	14096	200	6,62	8,58	37,64	254,28
Kukurūzų trapučiai	7123	20	1,84	1,1	14,5	75,26
Sezoniniai vaisiai (melionai)	12553	120	0,48	0	7,32	31,2
Nesaldinta vaistažolių arbata	22756	200	0	0	0	0,02
<b>Iš viso:</b>			<b>8,94</b>	<b>9,68</b>	<b>59,46</b>	<b>360,76</b>

Pietūs 12<sup>00</sup> 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)	70881	150	2,99	5,66	14,97	122,78
Orkaitėje keptos vištienos blauzdelės (tausojantis)	40421	100	19	10,99	0,73	177,78
Virti ryžiai (tausojantis)	19410	80	2,46	0,12	22,62	101,4
Morkų salotos su aliejumi	61762	100	1,1	3,75	11,5	84,15
Vanduo	6633	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>25,55</b>	<b>20,52</b>	<b>49,82</b>	<b>486,11</b>

Vakarienė 15<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Trinta varškė (9 proc. rie.) su šaldytų braškių padažu	19007	110/40	18,65	10,06	9,34	202,48
Kukurūzų trapučiai	7123	20	1,84	1,1	14,5	75,26
Sezoniniai vaisiai (melionai)	12553	120	0,48	0	7,32	31,2
Nesaldinta vaisinė arbata	12459	200	0	0	0	0,03
<b>Iš viso:</b>			<b>20,97</b>	<b>11,16</b>	<b>31,16</b>	<b>308,97</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>55,46</b>	<b>41,36</b>	<b>140,44</b>	<b>1155,84</b>



*Dubinskė*

Direktore  
Živilė Dubinskienė



3 Savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai 8<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Pieniškasis plikytų ryžių pudingas (tausojantis)	33974	150	7,37	7,55	44,43	275,14
Kukurūzų trapučiai	7123	20	1,84	1,1	14,5	75,26
Nesaldinta kmylių arbata	22754	200	0,08	0,06	0,2	1,64
<b>Iš viso:</b>			<b>9,29</b>	<b>8,71</b>	<b>59,13</b>	<b>352,04</b>

Pietūs 12<sup>00</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Žirnių sriuba su morkomis ir svogūnais (tausojantis) (augalinis)	56527	150	5,53	2,26	17,49	112,41
Troškinta kalakutienos šlaunelių mėsa (tausojantis)	32158	120	26,22	17,71	0,32	265,53
Virtos bulvės (tausojantis)	19356	80	1,6	0,08	15,76	70,16
Šviežių daržovių rinkinukas (paprųjų juostelės ir pomidorų skiltelės)	19411	110	1,04	0,32	6,92	34,72
Sezoniniai vaisiai (apelsinai)	52943	120	1,08	0,12	14,04	61,56
Vanduo	6633	200	0	0	0	0
<b>Iš viso:</b>			<b>35,47</b>	<b>20,49</b>	<b>54,53</b>	<b>544,38</b>

Vakarienė 15<sup>30</sup> val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo maistinė vertė, g			Energetinė vertė, kcal
			baltymai, g	riebalai, g	angliavandeniai, g	
Virti makaronai be glitimo (tausojantis) (augalinis)	10698	150	3,54	6,87	49,11	272,44
Agurkų griežinėliai	9974	40	0,28	0	1,12	5,6
Geriamasis pienas (2,5 proc.rieb.)	26861	100	2,8	2,5	4,7	52,5
<b>Iš viso:</b>			<b>6,62</b>	<b>9,37</b>	<b>54,93</b>	<b>330,54</b>
<b>Iš viso (dienos davinio):</b>			<b>51,38</b>	<b>38,57</b>	<b>168,59</b>	<b>1226,96</b>

