

Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo
8 priedas

Kauno lopšelis- darželis „Volungėlė“

Rietavo g. 20, Kaunas 48256

(ikimokyklinio, priešmokyklinio ar bendrojo ugdymo programos vykdančios įstaigos ar vaikų stacionarios socialinių paslaugų įstaigos ar vaikų poilsio stovyklos (teikiančios apgyvendinimo paslaugas) pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

Nemokamas maitinimas 0-4 klasės

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7.00 iki 19.00 val.



Valgiaraštį parengė maitinimo organizavimo specialistė Gintarė Mikučiūnė
Patvirtinimo data 2022.09.26

1 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu 82 proc.rieb. (tausojantis)	21782	200(6)	8,31	7,58	46,17	286,11
Sūrio lazdelės 40 proc.rieb.	13363	20,0	5,34	4,16	0,08	59,12
Obuoliai	46494	80,0	0,32	0	7,92	32,96
Nesaldinta kmyčių arbata	18825	200,0	0,08	0,06	0,2	1,64
Iš viso maitinimui:			14,05	11,79	54,37	379,82
Papildomas maitinimas (teikiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sūrio lazdelės 40 proc.rieb.	14031	20,00	5,34	4,16	0,08	59,12
Sezoniniai vaisiai	15275	150,00	0,9	0,25	19,3	84
Iš viso maitinimui:			6,24	4,41	19,38	143,12

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis)(tausojantis)	45761	150,0	1,4	1,63	11,91	67,93
Kalakutienos filė guliašas (tausojantis)	25047	140,0	21,17	11,67	7,63	229,21
Bulvių košė (tausojantis)	21792	120,0	2,61	3,51	21,44	127,76
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	49629	90,0	1,17	4,03	7,89	81,5
Paprikos	49630	65,0	0,59	0,13	4,36	20,93
Vanduo	18830	150,0	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			26,94	20,97	53,23	527,33

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje kepti varškėčiai 9 proc.rieb. (tausojantis)	13718	150,0	22,88	15,24	22,08	316,97
Nesaldintas jogurtas 3,8 proc.rieb.	15976	20,0	0,86	0,7	1,18	14,46
Šaldytos uogos (braškės, vyšnios, avietės)	15972	20,0	0,14	0,08	1,08	5,6
Nesaldinta vaistažolių arbata	18827	150,0	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			23,89	16,02	24,34	337,04
Iš viso (dienos davinio):			71,12	53,19	151,32	1387,31



1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių košė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)(augalinis)	21783	180,0	4,81	6,67	26,44	195,09
Bananai	46495	80,0	0,8	0,32	18,72	90,96
Nesaldinta juodoji arbata	18826	200,0	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			5,61	6,99	45,16	286,08

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta pomidorinė sriuba su lęšiais (augalinis)(tausojantis)	45762	150,0	7,84	4,25	21,66	156,28
Jūros lydekos file kotletai (tausojantis)	666	100,0	15,04	3,27	15,29	150,76
Daržovių (morkų, svogūnų, česnakų) padažas	15973	40(20/20)	0,61	4,25	4,8	59,89
Perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	1040	60,0	2,3	0,3	18,25	84,9
Burokėlių salotos (tausojantis) (augalinis)	49631	80,0	2,13	5,15	3,69	69,65
Vanduo	18830	150,0	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			27,92	17,23	63,68	521,48

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virtos dešrelės (kiaulienos) A.r.	2510	60,0	8,32	10,52	1,92	144,64
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	16292	100,0	2,2	0,11	21,67	96,47
Pomidorai	19008	50,0	0,5	0,2	2,9	15,4
Kefyras 2,5 proc.rieb.	18833	150,0	4,8	3,75	6	76,95
Iš viso maitinimui:			15,82	14,58	32,49	333,46
Iš viso (dienos davinio):			49,35	38,8	141,33	1141,02



1 savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis)(augalinis)	21785	200,0	4,1	5,64	22,54	157,26
Kriaušės	46496	100,0	0,3	0,4	15,1	65,2
Fermentinis sūris 45 proc. rieb.	11201	12,0	2,96	3,02	0,26	40,13
Ryžių trapučiai	3111	15,0	1,23	0,35	11,93	55,73
Nesaldinta vaistažolių arbata	18827	150,0	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			8,59	9,4	49,83	318,32

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba (tausojantis)	45763	150	1,28	4,6	7,14	75,07
Grietinė 30 proc. rieb.	15975	10,0	0,26	3	0,27	29,12
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	18062	30,0	1,83	0,3	13,68	64,74
Virti makaronai su malta kalakutienos file (tausojantis)	24508	140(90)	23,38	2,42	27,7	226,06
Daržovių lėkštė (Aisbergo salota, morkos, agurkai)	52001	140,0	1,29	0,09	6,83	33,27
Vanduo	18830	150,0	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			28,04	10,41	55,62	428,26

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Obuolių pudingas (tausojantis)	3387	100,0	7,74	8,66	34,56	247,16
Vaisinis kokteilis (bananai, braškės)	3386	170,0	3,06	2,38	17,89	105,2
Iš viso maitinimui:			10,8	11,04	52,45	352,36
Iš viso (dienos davinio):			47,43	30,85	157,9	1098,94



1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška manų košė su sviestu 82 proc. rieb. ir selenėlėmis (tausojančios)	21784	200(5/5)	6,4	5,77	33,22	210,39
Ekologiškas jogurtas 3,8 proc.rieb.	3385	125,0	5,38	4,38	7,38	90,38
Obuoliai	2010	100,0	0,4	0	9,9	41,2
Nesaldinta kmynų arbata	18825	200,0	0,08	0,06	0,2	1,64
Iš viso maitinimui:			12,25	10,2	50,69	343,6

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba (augalinis) (tausojančios)	45764	150,0	1,55	5,05	10,01	91,72
Vištienos (filė) guliašas(tausojantis)	21624	85,0	19,27	8,45	5,57	175,35
Virti ryžiai su kariu (tausojančios) (augalinis)	16290	120,0	4,22	0,24	38,62	173,53
Sezoninės daržovės (paprikos, pomidorai)	18063	85,0	0,81	0,25	5,34	26,81
Morkos	2343	35,0	0,35	0,04	3,64	16,28
Vanduo su citrina	18831	150,0	0,05	0,01	0,43	2,01
Iš viso maitinimui:			26,23	14,04	63,6	485,69

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių košė su morkomis ir sviestu 82 proc. rieb (tausojančios)	16296	100(4)	8,75	4,68	28,7	208,89
Agurkai	49638	30,0	0,21	0	0,84	4,2
Kefyras 2,5 proc. rieb.	18833	150,0	4,8	3,75	6	76,95
Iš viso maitinimui:			13,76	8,43	35,54	290,04
Iš viso (dienos davinio):			52,24	32,67	149,83	1119,33



1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta ryžių kruopų košė su trintomis uogomis (tausojantis) (augalinis)	21789	200,0	3,73	7,57	37,13	231,22
Ryžių trapučiai	3111	15,0	1,23	0,4	11,93	55,73
Apelsinai	16105	50,0	0,45	0,05	5,85	25,65
Nesaldinta vaistažolių arbata	18827	150,0	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			5,41	8,02	54,91	312,61

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba su cukinija (tausojantis) (augalinis)	45765	150,0	1,89	3,87	11,33	87,71
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	18064	30,0	1,83	0,3	13,68	64,74
Kiaulienos (kumpis) maltinukai su kopūstais (tausojantis)	21334	90(22)	15,93	11,36	6,23	200,94
Pomidoro padažo ir natūralaus jogurto 3,8 proc.rieb. padažas	15974	20(10/10)	0,6	0,42	2,23	15,08
Perlinis kuskusas (tausojantis) (augalinis)	16291	100,0	1,14	0,06	6,9	32,7
Pomidorai	19008	50,0	0,5	0,2	2,9	15,4
Sūrio lazdelės 40 proc.rieb.	9267	40,0	10,68	8,32	0,16	118,24
Pagal sezoną raugintas arba šviežias agurkas	49633	80,0	0,64	0,16	2,2	12,8
Vanduo	18830	150,0	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			33,21	24,69	45,63	547,61

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	22148	200,0	6,5	6,41	18,8	158,88
Sumuštinis su fermentiniu sūriu 45 proc.rieb.	8726	50(17/8)	6,11	11,32	13,01	178,38
Iš viso maitinimui:			12,61	17,73	31,81	337,25
Iš viso (dienos davinio):			51,23	50,44	132,35	1197,47



2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų košė (tausojantis) (augalinis)	22353	170,0	3,83	2,95	34,65	171,45
Šaldytos uogos (braškės, vyšnios, avietės)	15972	20,0	0,14	0,08	1,08	5,6
Kriaušės	46497	70,0	0,21	0,28	10,57	45,64
Pienas 2,5 proc.rieb.	18828	150,0	4,2	3,75	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			8,38	7,06	53,35	301,44

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis)	45766	150,0	1,49	6,3	9,37	100,08
Grikių ir kiaulienos (kumpio) troškiny (tausojantis)	21335	150(75)	19,03	9,5	32,08	290,53
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	49629	90,0	1,17	5,03	7,89	81,5
Pagal sezoną raugintas arba šviežias agurkas	49633	80,0	0,64	0,16	2,2	12,8
Sezoniniai vaisiai	48255	90,0	0,81	0,09	10,53	46,17
Vanduo	18830	150,0	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			23,14	21,08	62,07	531,08

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas su žiediniais kopūstais (tausojantis)	3496	130(55)	11,43	14,55	5,14	207,27
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	18062	30,0	1,83	0,3	13,68	64,74
Pomidorai	49643	50,0	0,47	0,19	2,73	14,48
Nesaldinta kmylių arbata	18825	200,0	0,08	0,06	0,2	1,64
Iš viso maitinimui:			13,81	15,1	21,75	288,13
Iš viso (dienos davinio):			45,33	43,24	137,17	1120,65



2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Penkių (avižinių, miežinių, kvietinių, ruginių, sorų) kruopų košė su saulėgrąžomis (tausojantis)	3243	200(4)	11,15	7,6	38,7	267,7
Obuoliai	29559	120,0	0,48	0	11,88	49,44
Nesaldinta vaistažolių arbata	18827	150,0	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			11,63	7,6	50,58	317,15
Papildomas maitinimas (teikiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ekologiškas jogurtas 3,8 proc.rieb.	3555	125,0	5,38	4,38	7,38	90,38
Sezoniniai vaisiai	48257	90,0	0,6	0,18	14,2	65
Iš viso maitinimui:			5,98	4,56	21,58	155,38
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (augalinis)(tausojantis)	45767	150,0	1,85	5,16	11,4	99,41
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	19580	40,0	2,44	0,4	18,24	86,32
Vištienos filė troškinta su grietinėle 30 proc.rieb. ir daržovėmis (tausojantis)	25049	100,0	11,75	8,63	4,06	145,91
Perlinis kuskusas (tausojantis) (augalinis)	17041	100,0	1,52	2,81	9,2	68,17
Šviežių agurkų-pomidorų salotos	49634	100,0	1,1	0,43	4,54	26,41
Vanduo su citrina	18831	150,0	0,05	0,01	0,43	2,01
Iš viso maitinimui:			18,71	17,44	47,87	428,23
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės 9 proc.rieb. apkepas (tausojantis)	13719	140,0	20,88	13,82	26,72	314,84
Nesaldintas jogurtas 3,8 proc.rieb.	15976	20,0	0,86	0,7	1,18	14,46
Šaldytos uogos (braškės, vyšnios, avietės)	15972	20,0	0,14	0,08	1,08	5,6
Nesaldinta juodoji arbata	18826	200,0	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			21,88	14,61	28,99	334,92
Iš viso (dienos davinio):			58,2	44,21	149,02	1235,68



2 savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų košė (augalinis, tausojantis)	21787	150,0	3,22	3,9	25,55	145,86
Bananai	46495	80,0	0,8	0,32	18,72	80,96
Plenas 2.5 proc.rieb.	11468	150,0	4,2	3,8	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			8,22	8,02	51,32	305,57

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis)	45768	150,0	2,58	3,2	15,5	100,97
Grietinė 30 proc. rieb.	15975	10,0	0,26	3	0,27	29,12
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	18062	30,0	1,83	0,3	13,68	64,74
Ryžių kruopų troškiny su vištiena (filė) (tausojantis)	25050	140(70)	19,44	5,5	36,28	270,32
Daržovių rinkinukas (morkos, ridikai)	18065	75,0	0,78	0,06	4,39	21,25
Agurkai	52002	65,0	0,46	0	1,82	9,1
Vanduo	18830	150,0	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			25,35	12,06	71,94	495,5

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su sviestu 82 proc. rieb. ir fermentiniu sūriu 45 proc. rieb. (tausojantis)	12120	185(6/23)	13,81	12,44	32,87	294,74
Nesaldinta vaistažolių arbata	18827	150,0	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			13,81	12,44	32,87	294,75
Iš viso (dienos davinio):			47,38	32,52	156,13	1095,82



2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu 82 proc.rieb. (tausojantis)	21788	200(5)	5,92	6,09	26,04	190,73
Obuoliai	46494	80,0	0,32	0	7,92	32,96
Sumuštinis su fermentiniu sūriu 45 proc.rieb.	13019	40(5)	4,49	7,22	12,85	134,35
Nesaldinta vaistažolių arbata	18827	150,0	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			10,73	13,31	46,81	358,05

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Raugintų kopūstų sriuba (augalinis)(tausojantis)	45769	150,0	0,79	5,54	7,54	101,15
Orkaitėje kepta žuvies lašišos filė su kariu (tausojantis)	14671	80,0	21,01	15,21	0,79	233,08
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	16292	100,0	2,2	0,11	21,67	96,47
Orkaitėje keptų burokėlių salotos su špinatais ir alyvuogių aliejumi	52003	115,0	3,43	2,46	4,78	55
Morkų lazdelės	19009	50,0	0,5	0,05	5,2	23,25
Vanduo	18830	150,0	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			27,93	23,37	39,98	508,95

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių troškiny (bulvių, morkų) (tausojantis)	19646	200,0	5,05	13,1	30,09	283,47
Nesaldinta kminų arbata	18825	200,0	0,08	0,06	0,2	1,64
Iš viso maitinimui:			5,13	13,16	30,29	285,11
Iš viso (dienos davinio):			43,79	49,84	117,08	1152,11



2 savaitė

Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių kruopų košė (tausojantis)	22307	200,0	8,97	9,48	32,69	255,99
Banantai	14218	30,0	0,3	0,12	7,02	30,36
Nesaldinta vaistažolių arbata	18827	150,0	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			9,27	9,6	39,71	286,36
Papildomas maitinimas (tiekiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sūrio lazdelės 40 proc. rieb.	14031	20,00	5,34	4,16	0,08	59,12
Sezoniniai vaisiai	15275	150,00	0,9	0,25	19,3	84
Iš viso maitinimui:			6,24	4,41	19,38	143,12

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių (morkų, žirnelių) ir perlinių kruopų sriuba su žirneliais (augalinis) (tausojantis)	45770	150,0	2,7	4,8	17,8	125,25
Kiaulienos (kumpio) kukulis (tausojantis)	21336	80,0	14,83	10,09	6,49	176,1
Grikių košė (tausojantis)	13646	120,0	6,3	1,55	34,65	177,75
Daržovių salotos (kopūstų, agurkai, ridikai)	49636	120,0	1,17	4,4	4,04	68,46
Vanduo su citrina	18831	150,0	0,05	0,01	0,43	2,01
Iš viso maitinimui:			25,05	20,85	63,41	549,57

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška (ryžių) kruopų sriuba (tausojantis)	31649	200,0	5,2	6,43	22,01	206,66
Viso grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu 82 proc.rieb., virta dešra, agurkais ir pomidorais	881	43,0	2,42	4,78	9,87	92,2
Iš viso maitinimui:			7,62	11,21	31,88	298,86
Iš viso (dienos davinio):			48,18	46,07	154,38	1277,91



3 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų košė su saulėgrąžomis (tausojantis) (augalinis)	23104	200,0	6,86	5,89	43,2	253,23
Obuoliai	17325	90,0	0,36	0	8,91	37,08
Pienas 2,5 proc.rieb.	2912	120,0	3,36	3	5,64	63
Iš viso maitinimui:			10,58	8,89	57,75	353,31

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta daržovių (žirnelių, morkų, kopūstų) sriuba (tausojanti)	45771	150,0	2,18	3,95	10,88	87,82
Skrebutis	18066	25,0	2	0,58	13,35	66,58
Kiaulienos (kumpio) guliašas (tausojantis)	21337	110,0	20,29	13,22	6,75	227,08
Virti makaronai (tausojantis) (augalinis)	16293	100,0	3,75	0,8	14,5	80,2
Baltagūžių kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis	49637	90,0	1,09	1,87	4,74	40,1
Agurkai	49638	30,0	0,21	0	0,84	4,2
Vanduo	18830	150,0	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			29,52	20,41	51,06	505,98

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omlėtas su fermentiniu sūriu 45 proc.rieb. (tausojantis)	3495	120,0	13,71	13,55	6,8	204
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	18062	30,0	1,83	0,3	13,68	64,8
Pomidorai	49643	50,0	0,47	0,19	2,73	14,7
Nesaldinta kmynų arbata	18825	200,0	0,08	0,06	0,2	1,54
Iš viso maitinimui:			16,09	14,1	23,41	285,14
Iš viso (dienos davinio):			56,19	43,4	132,22	1144,43



3 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis)(augalinis)	21785	200,0	4,1	5,64	22,54	157,26
Mandarinai	38743	90,0	0,54	0,09	9,99	42,93
Sūrio lazdelės 40 proc.rieb.	6433	40,0	10,68	8,32	0,16	118,24
Nesaldinta vaistažolių arbata	18829	150,0	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			15,32	14,05	32,69	318,44

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių sriuba su bulvėmis, morkomis (tausojantis) (augalinis)	45772	150,0	5,29	5,27	19,47	146,5
Žuvies (argentininės jūros lydekos filė) maltinukas (tausojantis)	14672	90,0	15,96	5,6	1,15	118,88
Virti ryžiai (tausojantis)	16294	80,0	2,13	1,01	19,6	96,07
Burokėlių salotos (tausojantis) (augalinis)	49631	80,0	2,13	5,15	3,69	69,65
Pomidorai	19008	50,0	0,5	0,2	2,9	15,4
Vanduo	18830	150,0	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			26,02	17,24	46,82	446,5

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Spelta miltų blynai su obuoliais (tausojantis)	1217	115,0	7,68	9,3	38,96	270,22
Nesaldintas jogurtas 3,8 proc.rieb.	15976	20,0	0,86	0,7	1,18	14,46
Pienas 2,5 proc.rieb.	18828	150,0	4,2	3,75	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			12,74	13,75	47,19	363,43
Iš viso (dienos davinio):			54,08	45,04	126,7	1128,37



3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių košė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)(augalinis)	21783	180,0	4,81	6,67	26,44	205,09
Bananai	46495	80,0	0,8	0,32	18,72	80,96
Nesaldinta kmyņu arbata	18825	200,0	0,08	0,06	0,2	1,64
Iš viso maitinimui:			5,69	7,05	45,36	287,69
Papildomas maitinimas (tiekiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sūrio lazdelės 40 proc.rieb.	14031	20,00	5,34	4,16	0,08	59,12
Sezoniniai vaisiai	15275	150,00	0,9	0,25	19,3	84
Iš viso maitinimui:			6,24	4,41	19,38	143,12

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bulvienė su salierais (tausojantis)	45773	150,0	1,44	8,84	10,53	127,45
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	18062	30,0	1,83	0,3	13,68	64,74
Kalakutienos (filė) guliašas (tausojantis)	26303	135,0	13,29	8,07	5,78	145,89
Virti lęšiai (tausojantis)	16295	100,0	9,4	1,23	20,14	129,2
Daržovių salotos (kopūstai, agurkai, ridikėliai)	49639	120,0	1,17	4,44	4,38	60,16
Paprikos	49630	65,0	0,59	0,13	4,36	20,93
Vanduo su citrina	18831	150,0	0,05	0,01	0,43	2,01
Iš viso maitinimui:			27,77	23,02	59,3	550,38

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	31323	200,0	5,46	5,9	18,06	145,17
Sumuštinis su fermentiniu sūriu 45 proc.rieb.	11761	45(17/4)	5,74	7,81	11,81	140,53
Iš viso maitinimui:			11,2	13,71	29,87	285,7
Iš viso (dienos davinio):			50,9	48,19	153,91	1266,89



3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų kruopų košė su sviestu 82 proc.rieb. (tausojantis)	21790	200,0	3,87	3,73	33,91	188,73
Kriaušės	46499	120,0	0,36	0,5	18,02	78,24
Pienas 2,5 proc.rieb.	18828	150,0	4,2	3,8	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			8,43	8,03	58,98	345,72

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis)	45768	150,0	2,58	3,18	15,5	100,97
Vištienos (filė) užkepėlė su fermentiniu sūriu 45proc.rieb. (tausojantis)	25052	80(7)	19,68	8,61	0,8	179,4
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	16292	100,0	2,2	0,11	21,67	96,47
Žiedinių kopūstų ir pomidorų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis)	49640	65,0	1,04	3,35	3,46	48,1
Ridikėliai	19010	25,0	0,27	0,02	0,71	4,06
Vanduo	18830	150,0	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			25,77	15,27	42,14	429

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blynai (tausojantis)	1085	120,0	9,64	14,76	47,98	354,97
Šaldytos uogos (braškės, vyšnios, avietės)	15972	20,0	0,14	0,08	1,08	5,6
Nesaldinta vaistažolių arbata	18827	150,0	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			9,78	14,84	49,06	360,58
Iš viso (dienos davinio):			43,98	38,14	150,18	1135,3



3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška manų košė su sviestu 82 proc.rieb. ir cinamonu (tausojantis)	21791	200(5/1)	6,75	5,9	38,14	234,68
Obuoliai	2004	120,0	0,48	0	11,88	49,44
Nesaldinta kmynų arbata	18825	200,0	0,08	0,06	0,2	1,64
Iš viso maitinimui:			7,31	5,96	50,22	285,76
Papildomas maitinimas (tiekiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ekologiškas jogurtas 3,8 proc.rieb.	3555	125,0	5,38	4,38	7,38	90,38
Sezoniniai vaisiai	48257	90,0	0,6	0,18	14,2	65
Iš viso maitinimui:			5,98	4,56	21,58	155,38

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis)(tausojantis)	45774	150,0	2,44	3,27	17,5	109,17
Makaronai su jautienos (kumpis) ir kiaulienos (kumpio) faršu ir grietinėle 30 proc.rieb. (tausojantis)	22298	180(44/44)	25,41	15,56	32,96	373,54
Daržovių lėkštė (Aisbergo salota, morkos, agurkai)	51913	95,0	0,86	0,07	4,42	21,7
Agurkai	52002	65,0	0,46	0	1,82	9,1
Vanduo	18830	150,0	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			29,17	18,89	56,7	513,51

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškė 9 proc.rieb.	9034	100,0	16,7	9,54	2,12	165,15
Šaldytos uogos (braškės, vyšnios, avietės)	15972	20,0	0,14	0,08	1,08	5,6
Batonas	12897	50,0	3,75	0,95	25,15	124,15
Nesaldinta juodoji arbata	18826	200,0	0	0	0	0,03
Iš viso maitinimui:			20,59	10,57	28,35	294,93
Iš viso (dienos davinio):			63,05	39,98	156,85	1249,58

