

Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo
8 priedas

Kauno lopšelis- darželis „Volungėlė“

Rietavo g. 20, Kaunas 48256

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

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

1-3 metų amžiaus

(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)	21771	150,5	3,69	5,64	20,01	137,53
Sūrio lazdelės 40 proc. rieb.	13362	20,0	5,34	4,16	0,08	59,12
Obuoliai	46485	60,0	0,24	0	6,05	30,72
Nesaldinta kėrynų arbata	18817	150,0	0,07	0,05	0,18	1,51
Iš viso maitinimui:			9,34	9,85	26,32	228,88

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkų sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	45745	100,0	1,05	1,08	9,4	51,75
Kalakutienos filė guliašas (tausojantis)	25041	120,0	18,02	10,03	5,9	190,34
Bulvių košė (tausojantis)	16283	70,0	1,44	2,77	12	77,54
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	49612	80,0	1,06	3,02	7,4	60,46
Paprikos	49613	50,0	0,4	0,1	3,4	16,1
Vanduo	18821	100,0	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			21,97	17	38,1	396,19

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)	13713	120,0	18,29	12,19	24,59	253,21
Nesaldintas jogurtas 3,8 proc. rieb.	15970	20,0	0,86	0,7	1,18	14,46
Šaldytos uogos (braškės, vyšnios, avietės)	15966	15,0	0,11	0,06	0,81	4,2
Nesaldinta vaistažolių arbata	18819	100,0	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			19,26	12,95	26,58	271,88
Iš viso (dienos davinio):			50,57	39,8	91	896,95



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)	21772	120,0	4,42	4,74	24,31	157,62
Banantai	46486	80,0	0,8	0,32	18,72	80,96
Nesaldinta juodoji arbata	18818	150,0	0	0,01	0,01	0,07
Iš viso maitinimui:			5,22	5,07	43,04	238,65

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)	45746	100,0	5,06	2,83	14,05	101,85
Jūros lydekos file kotletai (tausojantis)	665	80,0	12,03	2,62	12,24	120,61
Daržovių (morkų, svogūnų, česnakų) padažas	15967	40(20/20)	0,61	4,25	4,8	59,89
Perlinės kruopos (tausojantis) (augalinis)	1039	50,0	1,56	0,2	12,41	57,73
Burokėlių salotos (tausojantis) (augalinis)	49615	70,0	1,94	3,14	3,12	48,47
Vanduo	18821	100,0	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			21,2	13,03	46,61	388,55

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virtos dešrelės (kiaulienos) A.r.	18067	60,0	7,8	10,8	1,8	135,6
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	16288	100,0	2,12	0,11	20,88	92,96
Pomidorai	19005	50,0	0,5	0,2	2,9	15,4
Kefyras 2,5 proc.rieb.	18834	100,0	3,2	2,5	4	51,3
Iš viso maitinimui:			13,62	13,61	29,58	295,26
Iš viso (dienos davinio):			40,04	31,71	119,23	922,46



1 savaitė

Trečiadienis

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)	21774	150,0	2,93	4,16	16,1	113,5
Kriaušės	46487	50,0	0,15	0,2	7,55	32,6
Ryžių trapučiai	3112	15,0	1,23	0,35	11,93	55,73
Fermentinis sūris 45 proc.rieb.	18068	10,0	2,47	2,52	0,22	33,44
Nesaldinta vaistažolių arbata	18819	100,0	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			6,78	7,22	35,8	235,27

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba (tausojantis)	45747	100	0,93	3,09	5,67	54,21
Grietinė 30 proc.rieb.	15969	10	0,26	3	0,27	29,12
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	1197	30	1,83	0,3	13,68	64,74
Virti makaronai su malta kalakutienos file (tausojantis)	24507	60/60	16,41	1,78	23,21	174,5
Daržovių lėkštė (Aisbergo salota, morkos, agurkai)	51915	120	1,03	0,06	5,16	25,25
Vanduo	18821	100	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			20,46	8,23	47,99	347,82

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Obuolių pudingas (tausojantis)	3382	80,0	6,01	5,66	27,45	184,77
Vaisinis kokteilis (bananai, braškės)	3383	150,0	2,72	2,18	12,98	82,33
Iš viso maitinimui:			8,72	7,84	40,42	267,11
Iš viso (dienos davinio):			35,96	23,29	124,21	850,2



1 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška manų košė su sviestu 82 proc. rieb. ir selenėlėmis (tausojantis)	21773	144/3/3	4,96	3,9	25,04	155,12
Ekologiškas jogurtas 3,8 proc. rieb.	3381	125,0	5,38	4,38	7,38	90,38
Obuoliai	46488	100,0	0,4	0	9,9	41,2
Nesaldinta kėlynų arbata	18817	150,0	0,07	0,05	0,18	1,51
Iš viso maitinimui:			10,81	8,33	42,5	288,21

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	45748	100,0	1,22	5,04	8,07	82,58
Vištienos (filė) guliašas (tausojantis)	21623	70,0	16,05	6,96	4,58	145,15
Virti ryžiai su kariu (tausojantis) (augalinis)	16284	100,0	3,47	0,2	31,78	142,78
Sezoninės daržovės (paprikos, pomidorai)	19139	70,0	0,67	0,21	4,46	22,4
Morkos	1939	25,0	0,25	0,03	2,6	11,63
Vanduo su citrina	18822	100,0	0,04	0,01	0,32	1,51
Iš viso maitinimui:			21,7	12,44	51,82	406,04

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių košė su morkomis ir sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis)	16758	80//2	11	2,3	27,83	174,98
Agurkai	49623	30,0	0,21	0	0,84	4,2
Kefyras 2,5 proc. rieb.	18824	150,0	4,7	3,8	6	76,95
Iš viso maitinimui:			15,91	6,1	34,67	256,13
Iš viso (dienos davinio):			48,42	26,87	128,99	950,38



1 savaitė

Pentadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta ryžių kruopų košė su trintomis uogomis (tausojantis) (aušalinis)	21777	170/15	3	7,49	30,35	200,8
Ryžių trapučiai	3112	15,0	1,23	0,35	11,93	55,73
Apelsinai	48110	50,0	0,45	0,05	5,85	25,65
Nesaldinta vaistažolių arbata	18819	100,0	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			4,68	7,89	48,12	282,18

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba su cukinija (tausojantis) (aušalinis)	45749	100,0	1,49	3,1	9,98	73,82
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	18057	20,00	1,22	0,2	9,12	43,16
Kiaulienos (kumpis) maltinukai su kopūstais (tausojantis)	21328	80/18	13,93	8,41	4,24	158,42
Pomidoro padažo ir natūralaus jogurto 3,8 proc.rieb. padažas	15968	10//10	0,6	0,42	2,23	15,08
Perlinis kuskusas (tausojantis) (aušalinis)	3274	100,0	0,96	0,05	5,82	30,57
Pomidorai	19005	50,0	0,5	0,2	2,9	15,4
Pagal sezoną raugintas arba šviežias agurkas	49617	50,0	0,3	0	1,2	6
Vanduo	18821	100,0	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			19	12,38	35,49	342,45

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	22149	150	4,88	5,42	14,11	124,73
Sumuštinis su fermentiniu sūriu 45 proc.rieb.	11762	25//10/5	4,49	7,22	12,85	134,35
Iš viso maitinimui:			9,37	12,64	26,95	259,08
Iš viso (dienos davinio):			33,05	32,91	110,56	883,71



2 savaitė

Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų košė (tausojantis) (augalinis)	13026	150,0	3,63	2,93	32,92	172,58
Šaldytos uogos (braškės, vyšnios, avietės)	15966	15,0	0,11	0,06	0,81	4,2
Kriaušės	46487	50,0	0,15	0,2	7,55	32,6
Pienas 2,5 proc.rieb.	18820	120,0	3,36	3	5,64	63
Iš viso maitinimui:			7,25	6,19	46,92	272,38
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis)	45750	100,0	1,17	4,21	8	74,55
Grikių ir kiaušienos (kumpio) troškinyvis (tausojantis)	21329	60/60	15,05	7,59	25,71	231,32
Šviežių kopūstų ir morkų salotos (augalinis)	49612	80,0	1,06	3,02	7,25	60,46
Pagal sezoną raugintas arba šviežias agurkas	49617	50,0	0,3	0	1,2	6
Vanduo	18821	100,0	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			17,58	14,82	42,16	372,33
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas su žiediniais kopūstais (tausojantis)	3493	80//50	11,32	12,33	4,89	175,83
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	18057	20,0	1,22	0,2	9,12	43,16
Pomidorai	19006	30,0	0,3	0,12	1,74	9,24
Nesaldinta kėlynų arbata	18817	150,0	0,07	0,05	0,18	1,51
Iš viso maitinimui:			12,91	12,7	15,94	229,74
Iš viso (dienos davinio):			37,74	33,71	105,02	874,45



2 savaitė

Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Penkių (avižinių, miežinių, kvietinių, ruginių, sorų) kruopų košė su saulėgrąžomis (tausojantis)	3239	150//2	7,8	5,05	27,29	185,9
Obuoliai	17642	100,0	0,44	0	10,89	45,32
Nesaldinta kmyių arbata	2938	100,0	0,2	0,15	0,5	4,09
Iš viso maitinimui:			8,44	5,2	38,68	235,31

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žiedinių kopūstų ir cukinijų sriuba (augalinis) (tausojantis)	45751	100,0	1,33	3,38	8,59	70,09
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	18057	20,0	1,22	0,2	9,12	43,16
Vištienos filė troškinta su grietinėle 30 proc.rieb. ir daržovėmis (tausojantis)	25043	100//24	11,76	8,53	3	135,8
Perlinis kuskusas (tausojantis) (augalinis)	16285	100,0	1,6	2,81	9,66	70,35
Šviežių agurkų-pomidorų salotos	49618	100,0	1,02	0,33	4,18	23,72
Vanduo su citrina	18822	100,0	0,04	0,01	0,32	1,51
Iš viso maitinimui:			16,96	15,26	34,87	344,63

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės 9 proc.rieb. apkepas (tausojantis)	13714	110,0	14,81	8,92	19,91	219,15
Nesaldintas jogurtas 3,8 proc.rieb.	15970	20,0	0,86	0,7	1,18	14,46
Šaldytos uogos (braškės, vyšnios, avietės)	15966	15,0	0,11	0,06	0,81	4,2
Nesaldinta juodoji arbata	18818	150,0	0	0,01	0,01	0,07
Iš viso maitinimui:			15,78	9,68	21,9	237,88
Iš viso (dienos davinio):			41,18	30,14	95,45	817,82



2 savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų košė (aušalinis, tausojantis)	21776	100,0	2,3	2,8	18,25	104,7
Bananai	46490	60,0	0,6	0,24	14,04	60,72
Pienas 2,5 proc.rieb.	18820	120,0	3,36	3	5,64	63
Iš viso maitinimui:			6,26	6,04	37,93	228,42
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis)	45752	100,00	1,87	0,95	9,6	54,4
Grietinė 30 proc.rieb.	15969	10,00	0,26	3	0,27	29,12
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	18057	20,00	1,22	0,2	9,12	43,16
Ryžių kruopų troškiny su vištiena (filė) (tausojantis)	25044	100(55)	15,09	3,2	26,53	195,34
Daržovių rinkinukas (morkos, ridikai)	18058	100,00	1,04	0,08	5,86	28,34
Agurkai	51920	25,00	0,18	0	0,7	3,5
Vanduo	18821	100,00	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			19,66	7,43	52,08	353,86
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su sviestu 82 proc.rieb. ir fermentiniu sūriu 45 proc.rieb. (tausojantis)	12116	140(15/5)	10,59	9,43	26,48	233,12
Nesaldinta vaistažolių arbata	18819	100,0	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			10,59	9,43	26,48	233,13
Iš viso (dienos davinio):			36,51	22,9	116,49	815,41



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)	21771	150,0	3,69	4,64	18,01	137,53
Sumuštinis su fermentiniu sūriu 45 proc.rieb.	11762	25//10/5	4,49	7,22	12,85	134,35
Obuoliai	46491	80,0	0,32	0	7,92	32,96
Nesaldinta vaistažolių arbata	18819	100,0	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			8,5	11,86	38,78	304,85

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Raugintų kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	45753	100,0	0,53	4,02	5,06	67,55
Orkaitėje kepta žuvis (lašišos) filė su kariu (tausojantis)	14668	70,0	16,6	10,83	0,63	178,35
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	21780	60,0	1,2	0,06	11,82	52,62
Orkaitėje keptų burokėlių salotos su špinatais ir alyvuogių aliejumi	51922	90,0	2,81	2	3,93	45,87
Morkų lazdelės	49620	30,0	0,3	0,03	3,12	13,95
Vanduo	18821	100,0	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			21,44	16,94	24,56	358,34

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių troškiny (bulvių, morkų) (tausojantis)	19647	150,0	3,56	12,12	27,52	233,36
Nesaldinta kminų arbata	18817	150,0	0,07	0,05	0,18	1,51
Iš viso maitinimui:			3,63	12,17	27,7	234,87
Iš viso (dienos davinio):			33,57	40,97	91,04	898,06



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)	22308	150,0	6,86	7,88	25,07	198,69
Bananai	23612	30,0	0,3	0,12	7,02	30,36
Nesaldinta vaistažolių arbata	18819	100,0	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			7,16	8	32,09	229,05

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 (aušalinis) (tausojantis)	45754	100,0	2,12	3,24	14,36	95,14
Kiaulienos (kumpio) kukulis (tausojantis)	10833	80,0	13,72	8,14	4,46	142,78
Grikių košė (tausojantis)	2702	80,0	5,04	1,24	27,72	142,2
Daržovių salotos (kopūstų, agurkai, ridikėliai)	49622	100,0	0,95	4,58	3,39	58,57
Vanduo su citrina	18822	100,0	0,04	0,01	0,32	1,51
Iš viso maitinimui:			21,87	17,21	50,25	440,2

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška (ryžių) kruopų sriuba (tausojantis)	2363	200,0	3,8	5,01	17,77	135,36
Viso grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu 82 proc.rieb., virta dešra, agurkais ir pomidorais	880	43(3/10/5/5)	2,42	4,78	9,87	94,2
Iš viso maitinimui:			6,22	9,79	27,64	229,56
Iš viso (dienos davinio):			35,25	35	109,98	898,81



3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų košė su saulėgrąžomis (tausojantis) (augalinis)	23103	150,0	8,06	5,6	38,6	237,01
Obuoliai	46491	80,0	0,32	0	7,92	32,96
Pienas 2.5 proc.rieb.	6928	80,0	2,24	2	3,76	42
Iš viso maitinimui:			10,62	7,6	50,28	311,97

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta daržovių (žirnelių, morkų, kopūstų) sriuba (tausojanti)	45755	100,0	2,29	3,27	11,09	82,93
Skrebutis	18059	20,0	1,6	0,46	10,68	53,26
Kiaulienos (kumpio) gūlašas (tausojantis)	21331	100,0	15,92	8,04	5,37	157,55
Virti makaronai (tausojantis) (augalinis)	12112	70,0	3,3	0,7	12,76	70,58
Baltųjų kopūstų salotos su saldžiosiomis paprikomis	49624	55,0	0,66	2,53	3,1	37,86
Agurkai	49623	30,0	0,21	0	0,84	4,2
Vanduo	18821	100,0	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			23,99	15,01	43,83	406,38

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas su fermentiniu sūriu 45 proc.rieb. (tausojantis)	3492	110,0	12,55	11,01	5,93	175,97
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	18057	20,0	1,22	0,2	9,12	43,16
Pomidorai	19006	30,0	0,3	0,12	1,74	9,24
Nesaldinta kavinė arbata	18817	150,0	0,07	0,05	0,18	1,51
Iš viso maitinimui:			14,14	11,38	16,97	229,88
Iš viso (dienos davinio):			48,75	33,99	111,08	948,23



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)	21774	150,0	2,93	4,16	16,1	113,5
Mandarinai	27480	50,0	0,3	0,05	5,55	23,85
Sūrio lazdelės 40 proc.rieb.	15519	40,0	10,68	8,32	0,16	118,24
Nesaldinta vaistažolių arbata	18819	100,0	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			13,91	12,53	21,81	255,59

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)	45756	100,0	4,29	3,22	15	106,14
Žuvies (argentininės jūros lydekos filė) maltinukas (tausojantis)	14669	90,0	15,09	5,31	1,14	112,71
Virti ryžiai (tausojantis)	16286	60,0	2,3	1,93	21,11	111,02
Burokėlių salotos (tausojantis) (augalinis)	49615	70,0	1,94	3,14	3,12	48,47
Pomidorai	19006	30,0	0,3	0,12	1,74	9,24
Vanduo	18821	100,0	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			23,91	13,72	42,12	387,58

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)	1216	90,0	6,08	9,43	28,96	234,86
Nesaldintas jogurtas 3,8 proc.rieb.	15970	20,0	0,86	0,7	1,18	14,46
Pienas 2,5 proc.rieb.	18820	120,0	3,36	3	5,64	63
Iš viso maitinimui:			10,3	13,13	35,78	312,32
Iš viso (dienos davinio):			48,12	39,38	99,71	955,49



3 savaitė

Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikų košė su prieskoniais žolelėmis (tausojantis)(augalinis)	21772	120,0	4,42	4,74	24,31	157,62
Bananai	46486	80,0	0,8	0,32	18,72	80,96
Nesaldinta krynų arbata	18817	150,0	0,07	0,05	0,18	1,51
Iš viso maitinimui:			5,3	5,12	43,21	240,09

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bulvienė su salierais (tausojantis)	45757	100,0	1,01	6,07	7,53	88,78
Ruginė duona su (iš) viso grūdo miltų	18057	20,0	1,22	0,2	9,12	43,16
Kalakutienos (filė) pušias (tausojantis)	26304	120,0	12,72	8,15	5,06	140,47
Virti lęšiai (tausojantis)	16287	60,0	6,36	1,1	13,61	89,71
Daržovių salotos (kopūstai, agurkai, ridikėliai)	49625	100,0	0,95	2,63	3,76	60,5
Paprikos	49613	50,0	0,45	0,1	3,35	16,1
Vanduo su citrina	18822	100,0	0,04	0,01	0,32	1,51
Iš viso maitinimui:			22,75	18,26	42,75	440,23

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	22149	150,0	4,88	5,42	14,11	124,73
Sumuštinis su fermentiniu sūriu 45 proc.rieb.	11762	25//10/5	4,49	7,22	12,85	134,35
Iš viso maitinimui:			9,37	12,64	26,95	259,08
Iš viso (dienos davinio):			37,42	36,02	112,91	939,4



3 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų kruopų košė su sviestu 82 proc. rieb. (tausojančias)	21778	110,0	1,88	2,1	16,96	97,08
Kriaušės	46492	110,0	0,33	0,44	16,61	71,72
Pienas 2,5 proc. rieb.	18820	120,0	3,36	3	5,64	63
Iš viso maitinimui:			5,57	5,54	39,21	231,8

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Barščių sriuba su pupelėmis (tausojančias) (augalinis)	45758	100,0	1,98	0,97	10,33	57,96
Vištienos (filė) užkepėlė su fermentiniu sūriu 45 proc. rieb. (tausojančias)	25046	65(7)	15,89	8,61	0,78	154,12
Virtos bulvės (tausojančias) (augalinis)	16288	100,0	2,12	0,11	20,88	92,96
Žiedinių kopūstų ir pomidorų salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejumi (augalinis)	52657	50,0	0,68	2,84	2,32	37,53
Ridikėliai	55697	25,0	0,27	0,02	0,71	4,06
Vanduo	18821	100,0	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			20,94	12,55	35,02	346,63

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blynai (tausojančias)	1084	90,0	7,76	11,37	37,39	282,91
Šaldytos uogos (braškės, vyšnios, avietės)	15966	15,0	0,11	0,06	0,81	4,2
Nesaldinta vaistažolių arbata	18819	100,0	0	0	0	0,01
Iš viso maitinimui:			7,87	11,43	38,2	287,12
Iš viso (dienos davinio):			34,38	29,52	112,43	865,55



3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška manų košė su sviestu 82 proc.rieb. (tausojantis)	22309	150,0	5,52	5,74	28,54	181,39
Obuoliai	17642	100,0	0,5	0	10,89	45,32
Nesaldinta kmynių arbata	18817	150,0	0,07	0,05	0,18	1,51
Iš viso maitinimui:			6,09	5,79	39,61	228,22
Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų sriuba su bulvėmis, morkomis ir brokoliu (augalinis)(tausojantis)	45759	150,0	2,13	3,23	15,69	100,36
Makaronai su jautienos (kumpis) ir kiaulienos (kumpio) faršu ir grietinėle 30 proc.rieb. (tausojantis)	22297	160(35/32)	20,34	11,72	28,7	301,66
Daržovių lėkštė (Aisbergo salota, morkos, agurkai)	51914	85,0	0,77	0,06	3,9	19,18
Agurkai	52006	50,0	0,35	0	1,4	7
Vanduo	18821	100,0	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			23,58	15,01	49,69	428,19
Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškė 9 proc.rieb.	6226	80,0	14,36	7,74	1,72	133,99
Šaldytos uogos (braškės, vyšnios, avietės)	15966	15,0	0,11	0,06	0,81	4,2
Batonas	18353	40,0	3	0,76	20,12	99,32
Nesaldinta juodoji arbata	18818	150,0	0	0,01	0,01	0,07
Iš viso maitinimui:			17,47	8,57	22,66	237,58
Iš viso (dienos davinio):			47,14	29,37	111,96	893,99

