

Kauno lopšelis-darželis „Želmenėlis“
V. Krėvės pr.95, Kaunas

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS
(nurodyti dienų skaičių)
4-7 metų (priešmokyklinukai)
(nurodyti vaikų amžiaus grupę)



Patvirtintas: 2024-09-13
Naudojamas nuo 2024-09-16

Įstaigos darbo laikas: 06:30 -18:30
val.



1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su alyvuogių aliejumi ir fermentiniu sūriu (45 proc.rieb.) (tausojantis)	14949	180/2/20	13,95	8,78	35,26	275,89
Sezoniniai vaisiai	61614	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Ekologiškas fermentuotas avižų gėrimas	28623	110	0,22	0,22	6,16	27,50
Iš viso maitinimui:			14,77	9,00	56,27	365,19

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis)	76909	160	4,03	4,20	15,40	115,49
Ruginė duona	2605	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Kiaulienos kumpis su troškintais kopūstais (tausojantis)	36589	120/60	23,91	16,70	5,23	266,91
Virtos bulvės (tausojantis)	24926	80	1,60	0,08	15,76	70,16
Šviežios daržovės(agurkai, pomidorai, paprikos)	83972	30/30/50	0,96	0,22	5,93	29,54
Vanduo, paskanintas apelsiniais	22835	150	0,05	0,01	0,59	2,57
Iš viso maitinimui:			32,38	21,51	56,58	549,40

*Papildomas maitinimas tiekiamas pietų metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Migdolų riešutai	14026	25	5	13,00	2,33	146,30
Iš viso maitinimui:			5	13,00	2,33	146,30

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje kepti varškėčiai 9 proc.rieb. (tausojantis)	21897	120	19,72	11,92	37,20	334,97
Uogienė	22702	15	0,03	0,00	9,33	37,44
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	3995	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			19,75	11,92	46,53	372,42
Iš viso dienai:			71,9	55,43	161,71	1433,31

1 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grūdėta varškė 7 proc.rieb. su trintomis uogomis	6482	100/30	14,58	8,50	6,08	159,13
Sezoniniai vaisiai	64515	160	1,60	0,64	37,44	161,92
Nesaldinta vaisinė arbata	28626	150	0,01	0,01	0,01	0,17
Iš viso maitinimui:			16,19	9,15	43,53	321,22

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis)	76865	150	1,58	1,48	13,78	74,74
Batono skrebutis	14522	20	1,50	0,38	10,06	49,66
Kiaulienos mentės maltinis (tausojantis)	36325	80	11,51	16,64	7,90	227,45
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	27057	80	3,04	3,70	16,66	112,08
Šviežių daržovių (agurkų, pomidorų ir kopūstų) salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	60994	110	0,86	5,14	4,55	67,89
Vanduo, paskanintas apelsiniais	28768	150	0,05	0,01	0,59	2,57
Iš viso maitinimui:			18,55	27,34	53,53	534,38

*Papildomas maitinimas tiekiamas pietų metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Liofilizuotos uogos	73980	14	1,26	0,28	4,76	26,60
Sūrio lazdelė 40 proc.rieb.	5655	40	10,68	8,32	0,16	118,24
Iš viso maitinimui:			11,94	8,6	4,92	144,84

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Keptuvėje kepti blynai su obuoliais	14946	162	7,50	7,50	49,83	296,82
Uogienė	22698	10	0,02	0,00	6,22	24,96
Pienas 2,5 proc.rieb.	3014	120	3,36	3,00	5,64	63,00
Iš viso maitinimui:			10,88	10,50	61,69	384,78
Iš viso dienai:			57,55	55,59	163,67	1385,22

1 savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių košė su alyvuogių aliejumi (augalinė) (tausojanti)	36706	167/3	5,29	4,03	29,11	173,88
Sezoniniai vaisiai	4232	120	0,36	0,48	18,12	78,24
Pienas 2,5 proc.rieb.	3014	120	3,36	3,00	5,64	63,00
Iš viso maitinimui:			9,01	7,51	52,87	315,12

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lęšių sriuba (augalinis)(tausojantis)	13881	150	5,75	0,26	16,40	90,92
Ryžių traputis	21874	12	0,98	0,28	9,54	44,58
Jūros lydekų kepinukai (tausojantis)	18078	80	18,47	10,79	8,79	206,16
Virti plikyti ryžiai su kariu (augalinis, tausojantis)	24931	69/1	2,17	0,13	19,89	89,42
Virtų burokėlių salotos su svogūnais ir aliejumi (tausojantis)	83586	100	2,84	2,93	4,68	56,46
Vanduo	22837	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			30,22	14,38	59,31	487,54

*Papildomas maitinimas tiekiamas pietų metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sezoniniai vaisiai	56353	150	1,50	0,60	35,10	151,80
Iš viso maitinimui:			1,50	0,60	35,10	151,80

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su veršienos kumpio faršu ir fermentiniu sūriu (45 proc. riebi.) (tausojantis)	36375	95/45/20	23,14	12,94	39,39	366,58
Konservuoti agurkai	3314	100	0,60	0,00	2,40	12,00
Nesaldinta kminų arbata	1523	150	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			23,93	13,09	42,29	382,67
Iš viso dienai:			64,67	35,58	189,56	1337,13

1 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	20010	193/7	4,60	6,97	36,50	227,13
Ryžių traputis	18814	12	0,98	0,28	9,54	44,58
Sezoniniai vaisiai	1073	90	0,63	0,18	16,20	68,94
Nesaldinta arbatžolių arbata	1417	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			6,22	7,43	62,24	340,66

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis)	78191	150	1,87	2,63	10,21	71,93
Grietinė 30 proc.rieb.	26313	10	0,26	3,00	0,27	29,12
Ruginė duona	449	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Vištienos šlaunelių mėsos ir plikytų ryžių plovos (tausojantis)	43949	95/75	21,76	11,14	35,48	329,25
Šviežios daržovės(agurkai, pomidorai, paprika)	83972	30/30/50	0,96	0,22	5,93	29,54
Vanduo, paskanintas apelsiniais	28768	150	0,05	0,01	0,59	2,57
Iš viso maitinimui:			26,72	17,29	66,16	527,15

*Papildomas maitinimas tiekiamas pietų metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Anakardžių riešutai	5653	26	3,95	11,58	7,63	150,48
Iš viso maitinimui:			3,95	11,58	7,63	150,48

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška apvalių ryžių sriuba (tausojanti)	76743	125/25	3,89	3,24	24,82	144,00
Ruginė duona	21512	40	2,44	0,40	18,24	86,32
Vaisių tyrė	76224	190	0,95	0,95	26,60	118,75
Iš viso maitinimui:			7,28	4,59	69,66	349,07
Iš viso dienai:			44,17	40,89	205,69	1367,36

1 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas (tausojantis)	4265	100	12,60	12,18	13,45	213,83
Ruginė duona	449	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Pomidorai	1365	35	0,35	0,14	2,03	10,78
Sezoniniai vaisiai	30054	100	0,40	0,00	9,90	41,20
Nesaldinta vaistažolių arbata	14209	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			15,19	12,62	39,07	330,58

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba (augalinis) (tausojantis)	56504	150	1,75	2,16	11,24	71,40
Batono skrebutis	20071	20	1,50	0,38	10,06	49,66
Lietiniai blynai su varškės įdaru	21563	140	15,90	13,44	40,20	345,32
Natūralus jogurtas 3,8 proc.rieb.	4239	30	1,29	1,05	1,77	21,69
Uogienė	26311	10	0,02	0,00	6,22	24,96
Šviežios daržovės (pomidorai, agurkai, paprika)	83972	30/30/50	0,96	0,22	5,93	29,54
Vanduo paskanintas citrina	28761	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			21,48	17,26	75,96	545,08

*Papildomas maitinimas tiekiamas pietų metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bandelė su cinamonu	6561	30	2,37	1,38	17,82	93,18
Sezoniniai vaisiai	74061	80	0,56	0,16	14,40	61,28
Iš viso maitinimui:			2,93	1,54	32,22	154,46

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virtos a.r. dešrelės (tausojantis)	36010	100	13,00	18,00	3,00	226,00
Ruginė duona	449	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Pomidorų padažas	26556	10	0,10	0,00	1,90	8,00
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	3627	55/55	0,89	0,16	4,28	22,12
Nesaldinta vaisinė arbata	28626	150	0,01	0,01	0,01	0,17
Iš viso maitinimui:			15,83	18,47	22,87	321,03
Iš viso dienai:			55,43	49,89	170,11	1351,16

2 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)	36693	195/5	9,01	7,38	47,34	291,80
Sezoniniai vaisiai	64514	90	0,36	0,00	8,91	37,08
Pienas 2,5 proc.rieb.	3014	120	3,36	3,00	5,64	63,00
Iš viso maitinimui:			12,73	10,38	61,89	391,88

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba (augalinė) (tausojanti)	78261	150	1,75	2,16	11,24	71,40
Batono skrebutis	20071	20	1,50	0,38	10,06	49,66
Vištienos šlaunelių/kumpelių mėsos kotletas (tausojantis)	44243	85	14,91	10,56	7,13	183,17
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	27057	80	3,04	3,70	16,66	112,08
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai, paprika)	24956	30/30/30	0,79	0,08	6,58	30,18
Vanduo, paskanintas apelsiniais	28768	150	0,05	0,01	0,59	2,57
Iš viso maitinimui:			22,04	16,88	52,25	449,04

*Papildomas maitinimas tiekiamas pietų metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Migdolų riešutai	14026	25	5	13,00	2,33	146,30
Iš viso maitinimui:			5	13,00	2,33	146,30

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje keptas varškės 9 proc.rieb. apkepas su ilgagrūdžiais ryžiais, pagardintas migdolų drožlėmis (tausojantis)	6581	130	18,27	12,78	28,85	303,48
Grietinės 30 proc.rieb. ir uogienės padažas	19420	15/15	0,42	4,50	10,52	84,26
Nesaldinta vaistažolių arbata	14209	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			18,69	17,28	39,38	387,77
Iš viso dienai:			58,46	57,53	155,84	1374,99

2 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių košė su alyvuogių aliejumi (augalinė, tausojanti)	36706	167/3	5,29	4,03	29,11	173,88
Sezoniniai vaisiai	1075	120	1,20	0,48	28,08	121,44
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	3995	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			6,49	4,51	57,19	295,33

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių sriuba su žiediniais kopūstais arba brokoliais ir jautienos kumpiu (tausojantis)	76869	80/20	5,72	4,92	6,44	92,88
Virtų bulvių blynai su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	22503	160/40	12,37	9,90	42,56	308,86
Natūralus jogurtas 3,8 proc.rieb.	1066	20	0,86	0,70	1,18	14,46
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	29572	65/65	1,06	0,20	5,14	26,60
Vanduo, paskanintas apelsiniais	28768	150	0,05	0,01	0,59	2,57
Iš viso maitinimui:			20,06	15,72	55,90	445,36

*Papildomas maitinimas tiekiamas pietų metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Liofilizuotos uogos	73980	14	1,26	0,28	4,76	26,60
Sūrio lazdelė 40 proc.rieb.	5655	40	10,68	8,32	0,16	118,24
Iš viso maitinimui:			11,94	8,6	4,92	144,84

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su alyvuogių aliejumi ir fermentiniu sūriu (45 proc.rieb.) (tausojantis)	14949	180/2/20	13,95	8,78	35,26	275,89
Pomidorų padažas	26556	10	0,10	0,00	1,90	8,00
Liofilizuotos uogos	73446	14	1,26	0,28	4,76	26,60
Nesaldinta arbatžolių arbata	1417	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			15,31	9,06	41,92	310,51
Iš viso dienai:			53,8	37,9	159,93	1196,04

2 savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška kukurūzų kruopų košė su sviestu 82 proc.rieb.(tausojanti)	36700	175/5	5,77	6,98	39,16	242,48
Sezoniniai vaisiai	61614	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Nesaldinta vaisinė arbata	28626	150	0,01	0,01	0,01	0,17
Iš viso maitinimui:			6,38	6,99	54,02	304,45

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pomidorinė sriuba su plikytais ryžiais (tausojantis)	56104	150	1,57	2,60	14,00	85,67
Batono skrebutis	20073	15	1,13	0,29	7,55	37,24
Kepta garuose upėtakio filė su prieskoniais žolelėmis (tausojantis)	24438	100	21,75	11,39	0,65	192,12
Virti plikyti ryžiai su kariu (augalinis, tausojantis)	24745	69/1	2,17	0,13	19,89	89,42
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (tausojantis)	83980	100	2,40	6,05	5,85	87,43
Vanduo paskanintas citrina	28761	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			29,07	20,47	48,47	494,41

*Papildomas maitinimas tiekiamas pietų metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Migdolų riešutai	14026	25	5,00	13,00	2,33	146,30
Iš viso maitinimui:			5,00	13,00	2,33	146,30

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grūdėta varškė 7 proc.rieb.	6484	120	14,40	8,40	3,24	146,16
Trintos šaldytos uogos	16502	30	0,20	0,12	2,56	12,10
Vaisių tyrė	72695	190	0,95	0,95	38,00	164,35
Nesaldinta vaisinė arbata	28626	150	0,01	0,01	0,01	0,17
Iš viso maitinimui:			15,56	9,48	43,81	322,78
Iš viso dienai:			56,01	49,94	148,63	1267,94

2 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Biri perlinių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis)(tausojantis)	20010	193/7	4,60	6,97	36,50	227,13
Sezoniniai vaisiai	64507	130	0,91	0,26	23,40	99,58
Ekologiškas fermentuotas avižų gėrimas	28624	110	0,22	0,22	6,16	27,50
Iš viso maitinimui:			5,73	7,45	66,06	354,21

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su kiaulienos mente (tausojantis)	76863	150/20	4,27	5,88	10,21	110,83
Ruginė duona	2605	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Bulvių plokštainis	3799	180	6,20	6,20	39,70	239,38
Grietinė 30 proc.rieb.	2162	15	0,39	4,50	0,41	43,68
Šviežios daržovės (agurkai, pomidorai, paprika)	83972	30/30/50	0,96	0,22	5,93	29,54
Vanduo	22837	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			13,65	17,10	69,92	488,17

*Papildomas maitinimas tiekiamas pietų metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Anakardžių riešutai	5653	26	3,95	11,58	7,63	150,48
Iš viso maitinimui:			3,95	11,58	7,63	150,48

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai 9 proc.rieb. praturtinti avižų sėlenomis (tausojantis)	2580	150	23,07	11,70	31,44	323,32
Grietinės 30 proc.rieb. ir uogienės padažas	25750	10/10	0,28	3,00	7,01	56,17
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	3995	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			23,35	14,70	38,45	379,51
Iš viso dienai:			46,68	50,83	182,06	1372,37

2 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška manų košė su cinamonu ir sviestu 82 proc.rieb. (tausojantis)	3615	196/1/3	6,71	4,30	35,88	209,05
Uogienė	22702	15	0,03	0,00	9,33	37,44
Sezoniniai vaisiai	64504	150	0,60	0,00	9,15	39,00
Nesaldinta vaistažolių arbata	14209	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			7,34	4,30	54,36	285,52

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinė, tausojanti)	76871	100	3,03	2,21	12,80	83,19
Troškinta vištienos filė su žalumynais ir grietinėle (36%) (tausojantis)	44245	130	27,04	8,76	1,39	192,54
Biri ryžių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	19274	90	2,87	1,64	26,39	131,80
Šviežios daržovės (agurkai, pomidorai, paprika)	83972	30/30/50	0,96	0,22	5,93	29,54
Vanduo	22837	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			33,91	12,82	46,50	437,07

*Papildomas maitinimas tiekiamas pietu metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sūrio lazdelė 40 proc.rieb.	5655	40	10,68	8,32	0,16	118,24
Sezoniniai vaisiai	56355	110	0,44	0,00	6,71	28,60
Iš viso maitinimui:			11,12	8,32	6,87	146,84

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška 5-ių grūdų (avižų, kviečių, miežių, rugių ir sorų dribsnių) kruopų sriuba (tausojantis)	55920	200	6,63	7,79	29,36	214,05
Duonos sumuštinis su sviestu 82 proc.rieb., virta a.r. dešra ir pomidoru	15677	30/6/18/20	4,04	9,08	15,43	159,59
Iš viso maitinimui:			10,67	16,87	44,79	373,64
Iš viso dienai:			63,03	42,32	152,52	1243,07

3 savaitė
Pirmadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta pieniška avižinių dribsnių košė su sviestu 82 proc.rieb. (tausojantis)	26947	197/3	7,24	7,15	27,46	203,17
Uogienė	4139	10	0,02	0,00	6,22	24,96
Sezoniniai vaisiai	1073	90	0,63	0,18	16,20	68,94
Nesaldinta vaistažolių arbata	14209	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			7,89	7,33	49,89	297,10

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	13877	150	1,13	1,39	7,49	46,98
Ruginė duona	2605	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Virti plikyti ryžiai su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	26296	160	14,34	24,76	29,80	399,35
Šviežios daržovės (agurkai, pomidorai, paprika)	83972	30/30/50	0,96	0,22	5,93	29,54
Vanduo	22837	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			18,26	26,67	56,90	540,61

*Papildomas maitinimas tiekiamas pietų metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Migdolų riešutai	14026	25	5	13,00	2,33	146,30
Iš viso maitinimui:			5	13,00	2,33	146,30

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje kepti varškėčiai 9 proc.rieb. (tausojantis)	21706	140	20,26	12,78	27,16	304,66
Uogienė	22702	15	0,03	0,00	9,33	37,44
Nesaldinta vaisinė arbata	28626	150	0,01	0,01	0,01	0,17
Iš viso maitinimui:			20,30	12,79	36,50	342,27
Iš viso dienai:			51,45	59,79	145,61	1326,29

3 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška trijų grūdų (avižų, miežių, kviečių) dribsnių košė (tausojantis)	26948	200	6,47	5,54	32,31	204,97
Sezoniniai vaisiai	64512	100	1,00	0,40	23,40	101,20
Ekologiškas fermentuotas avižų gėrimas	28623	110	0,22	0,22	6,16	27,50
Iš viso maitinimui:			7,69	6,16	61,87	333,67

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų sriuba su daržovėmis (augalinis, tausojantis)	76874	150	2,38	1,75	18,38	98,82
Ruginė duona	22292	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Kiaulienos kumpio maltinukas su daržovėmis (tausojantis)	37359	110	18,18	9,65	5,90	183,19
Bulvių košė (tausojantis)	19393	90	1,97	2,73	17,52	102,53
Daržovių lazdelės (paprika, pomidorai, agurkai)	29577	20/30/30	0,69	0,16	3,92	19,88
Vanduo paskanintas citrina	28761	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			25,11	14,61	59,93	471,67

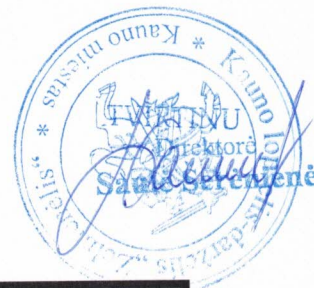
***Papildomas maitinimas tiekiamas pietų metu**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Vaisių tyrė	73983	100	0,50	0,50	14,00	62,50
Bandelė su cinamonu	6561	30	2,37	1,38	17,82	93,18
Iš viso maitinimui:			2,87	1,88	31,82	155,68

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje keptas varškės 9 proc.rieb. apkepas (tausojantis)	21959	160	23,89	17,06	23,35	342,47
Uogienė	25754	8	0,02	0,00	4,98	19,97
Grietinė 30 proc.rieb.	25753	10	0,26	3,00	0,27	29,12
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	348	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			24,17	20,06	28,60	391,58
Iš viso dienai:			59,85	42,7	182,22	1352,61

3 savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grūdėta varškė 7 proc. rieš.	6484	120	14,40	8,40	3,24	146,16
Sezoniniai vaisiai	64515	160	1,60	0,64	37,44	161,92
Nesaldinta vaistažolių arbata	14209	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			16,00	9,04	40,68	308,11

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis)	78264	150	4,03	4,20	15,40	115,49
Ruginė duona	21512	40	2,44	0,40	18,24	86,32
Kalakutienos file guliašas (tausojantis)	44249	135	15,22	9,03	5,75	165,17
Virti plikyti ryžiai su kariu (augalinis, tausojantis)	24931	69/1	2,17	0,13	19,89	89,42
Aisbergo salotos su pomidorais ir alyvuogių aliejumi	85322	80	0,86	2,37	3,73	39,63
Paprikų lazdelės	29581	30	0,27	0,06	2,01	9,66
Vanduo	22837	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			24,76	13,48	64,77	479,48

*Papildomas maitinimas tiekiamas pietų metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Anakardžių riešutai	5653	26	3,95	11,58	7,63	150,48
Iš viso maitinimui:			3,95	11,58	7,63	150,48

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	78956	200	8,43	8,75	23,33	205,73
Ruginė duona	449	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Vaisių tyrė	76224	190	0,95	0,95	26,60	118,75
Iš viso maitinimui:			11,21	10,00	63,61	389,22
Iš viso dienai:			55,92	44,1	176,69	1327,3

3 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ilgagrūdžių ryžių košė su sviestu 82 proc.rieb ir uogiene (tausojantis)	26950	174/6/25	5,14	7,89	40,88	255,07
Sezoniniai vaisiai	48434	120	0,36	0,48	18,12	78,24
Liofilizuotos uogos	75312	12	0,91	0,44	6,07	31,93
Nesaldinta vaistažolių arbata	14209	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			6,41	8,81	65,08	365,28

Pietūs 12:00 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta brokolių sriuba (augalinis) (tausojantis)	56107	150	1,41	4,63	8,95	83,14
Ruginė duona	2605	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Makaronai su veršienos kumpio faršu ir fermentiniu sūriu (45 proc.rieb.) (tausojantis)	36600	95/45/20	23,14	12,94	39,39	366,58
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, paprika)	29583	55/55	0,85	0,08	4,64	22,68
Vanduo paskanintas citrina	28761	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			27,29	17,97	67,19	539,65

***Papildomas maitinimas tiekiamas pietų metu**

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sezoniniai vaisiai	56353	150	1,50	0,60	35,10	151,80
Iš viso maitinimui:			1,50	0,60	35,10	151,80

Vakarienė 15:30 val.

Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virtos a.r. dešrelės (tausojantis)	36010	100	13,00	18,00	3,00	226,00
Ruginė duona	21512	40	2,44	0,40	18,24	86,32
Pomidorai	1365	35	0,35	0,14	2,03	10,78
Pomidorų padažas	26556	10	0,10	0,00	1,90	8,00
Nesaldinta vaistažolių arbata	14209	150	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			15,89	18,54	25,17	331,13
Iš viso dienai:			51,09	45,92	192,54	1387,86

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 uogiene (tausojantis)	26939	200/20	5,07	3,71	33,29	186,77
Kukurūzų traputis	21758	10	0,92	0,55	7,25	37,63
Sezoniniai vaisiai	48434	120	0,36	0,48	18,12	78,24
Pienas 2,5 proc.rieb.	1079	150	4,20	3,75	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			10,55	8,49	65,71	381,39

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su kiaulienos mente (tausojantis)	76863	150/20	4,27	5,88	10,21	110,83
Kepti lašišų ir jūrinių lydekų file kotletai (tausojantis)	24858	35/35	15,60	7,38	8,71	163,65
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	27057	80	3,04	3,70	16,66	112,08
Virtų burokėlių salotos su svogūnais ir alyvuogių aliejumi (tausojantis)	83586	100	2,84	2,93	4,68	56,46
Vanduo	22837	150	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			25,75	19,88	40,27	443,01

*Papildomas maitinimas tiekiamas pietų metu						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Sūrio lazdelė 40 proc.rieb.	5655	40	10,68	8,32	0,16	118,24
Liofilizuotos uogos	73980	14	1,26	0,28	4,76	26,60
Iš viso maitinimui:			11,94	8,6	4,92	144,84

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (augalinis) (tausojantis)	22427	250	4,22	8,21	39,76	249,85
Konservuoti agurkai	3314	100	0,60	0,00	2,40	12,00
Kefyras 2,5 proc.rieb.	750	200	5,57	4,35	6,96	89,25
Iš viso maitinimui:			10,39	12,56	49,12	351,09
Iš viso dienai:			58,63	49,53	160,01	1320,33