

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

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

1-3 metų

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Be karvės pieno baltymo ir kiaušinio baltymo

TVIRTINU



Patvirtintas: 2024-11-18

Naudojamas nuo 2024-11-19

Istaigos 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 žolelėmis (augalinis) (tausojantis)	14710	150	6,78	4,45	26,15	171,75
Sezoniniai vaisiai	530	120	0,42	0,00	10,40	43,26
Ekologiškas fermentuotas avižų gėrimas	28622	110	0,22	0,22	6,16	27,50
Iš viso maitinimui:			7,42	4,67	42,71	242,51

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)	13443	100	2,64	5,13	9,75	95,76
Ruginė duona	450	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Kiaulienos kumpis su troškintais kopūstais (tausojantis)	36008	90/50	18,02	13,18	4,35	208,13
Virtos bulvės (tausojantis)	24580	70	1,47	0,07	14,48	64,46
Šviežios daržovės(agurkai, pomidorai, paprikos)	82989	25/25/30	0,70	0,16	4,16	20,86
Vanduo, paskanintas apelsiniais	11259	100	0,03	0,00	0,35	1,54
Iš viso maitinimui:			24,08	18,75	42,21	433,91

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė su braškių uogiene (augalinis) (tausojantis)	38575	200/15	3,33	6,21	32,13	197,73
Ruginė duona	9608	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	347	100	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			5,16	6,51	45,81	262,49
Iš viso dienai:			36,66	29,93	130,73	938,90

1 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis)(tausojantis)	4856	145/5	4,14	5,09	32,85	193,77
Sezoniniai vaisiai	48361	80	0,80	0,32	18,72	80,96
Nesaldinta vaisinė arbata	1522	100	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			5,14	5,56	52,07	278,82

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	789	100	1,04	0,99	8,96	48,92
Batono skrebutis	14214	15	1,13	0,29	7,55	37,24
Kiaulienos mentės maltinis (tausojantis)	38497	70	9,12	12,44	7,48	178,37
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	26504	70	2,66	2,29	14,57	89,52
Šviežių daržovių (agurkų, pomidorų ir kopūstų) salotos su šalto spaudimo alyvuogių aliejaus užpilu (augalinis)	58619	90	0,67	4,15	3,64	54,62
Vanduo, paskanintas apelsiniais	11259	100	0,03	0,00	0,35	1,54
Iš viso maitinimui:			14,63	20,17	42,54	410,22

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Keptuvėje kepti blynai su obuoliais	22757	76/24	4,87	5,59	37,82	220,99
Uogienė	4118	8	0,02	0,00	6,22	24,96
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	347	100	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			4,89	5,59	44,04	245,97
Iš viso dienai:			24,66	31,31	138,65	935,01



1 savaitė
Trečiadienis

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)	36705	138/3	6,05	4,22	33,26	195,21
Sezoniniai vaisiai	42408	80	0,24	0,32	12,08	52,16
Nesaldinta vaistažolių arbata	14208	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			6,29	4,54	45,34	247,38

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lęšių sriuba (augalinis)(tausojantis)	1051	100	3,83	0,17	10,93	60,58
Ryžių traputis	21753	10	0,82	0,23	7,95	37,15
Jūros lydekų kepinukai (tausojantis)	25418	80	9,17	8,11	4,33	126,97
Virti plikyti ryžiai su kariu (augalinis, tausojantis)	24583	59/1	1,87	0,11	17,06	76,71
Virtų burokėlių salotos su svogūnais ir aliejumi (tausojantis)	82993	70	1,06	1,89	6,42	46,94
Sezoniniai vaisiai	42408	80	0,24	0,32	12,08	52,16
Vanduo	3721	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			16,98	10,83	58,77	400,51

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su veršienos kumpio faršu (tausojantis)	38499	95/45	18,20	7,90	38,95	299,70
Konservuoti agurkai	3276	90	0,54	0,00	2,16	10,80
Nesaldinta kmynų arbata	28633	150	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			18,93	8,05	41,61	314,59
Iš viso dienai:			42,21	23,42	145,72	962,48

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)	4630	147/3	3,22	4,97	25,55	159,81
Ryžių traputis	21753	10	0,82	0,23	7,95	37,15
Sezoniniai vaisiai	1072	70	0,77	0,14	19,53	82,46
Nesaldinta arbatžolių arbata	1416	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			4,81	5,34	53,03	279,43

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 (augalinis) (tausojantis)	78190	100	1,52	2,10	7,91	56,64
Ruginė duona	450	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Vištienos šlaunelių mėsos ir plikytų ryžių plovos (tausojantis)	43520	75/45	16,11	8,04	25,93	240,53
Šviežios daržovės(agurkai, pomidorai, paprika)	82989	25/25/30	0,70	0,16	4,16	20,86
Vanduo, paskanintas apelsiniais	11259	100	0,03	0,00	0,35	1,54
Iš viso maitinimui:			19,57	10,50	47,48	362,73

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su žolelėmis (augalinis) (tausojantis)	22932	200	8,28	6,77	31,95	221,83
Ruginė duona	9608	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Nesaldinta vaisinė arbata	1522	100	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			10,30	7,21	46,13	290,66
Iš viso dienai:			34,69	23,06	146,64	932,82

1 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų košė su morkomis (augalinis) (tausojantis)	27471	173/27	4,39	6,55	31,21	201,32
Ruginė duona	9608	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Sezoniniai vaisiai	68556	80	0,32	0,00	7,92	32,96
Nesaldinta vaistažolių arbata	14208	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			6,54	6,85	52,81	299,02

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba (augalinis) (tausojantis)	55215	100	1,45	2,13	9,03	61,10
Batono skrebutis	14214	15	1,13	0,29	7,55	37,24
Vištienos šlaunelių/kumpelių mėsos kotletas (tausojantis)	46439	70	11,14	6,91	6,25	131,74
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	26504	70	2,66	2,29	14,57	89,52
Šviežios daržovės (pomidorai, agurkai, paprika)	82989	25/25/30	0,70	0,16	4,16	20,86
Vanduo paskanintas citrina	356	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			17,13	11,79	42,09	342,98

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virtos a.r. dešrelės (tausojantis)	36009	80	10,40	14,40	2,40	180,80
Ruginė duona	450	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Pomidorų padažas	15792	10	0,10	0,00	1,90	8,00
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	3626	50/50	0,82	0,16	4,00	20,72
Nesaldinta vaisinė arbata	1522	100	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			12,74	14,91	17,92	256,77
Iš viso dienai:			36,41	33,54	112,84	898,77

2 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 morkomis (augalinis) (tausojantis)	27471	173/27	4,39	6,55	31,21	201,32
Sezoniniai vaisiai	72723	70	0,28	0,00	6,93	28,84
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	3994	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			4,67	6,55	38,14	230,16

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba (augalinė) (tausojanti)	977	100	0,93	1,51	7,83	48,57
Batono skrebutis	20495	20	1,50	0,38	10,06	49,66
Vištienos šlaunelių/kumpelių mėsos kotletas (tausojantis)	46439	70	11,14	6,91	6,25	131,74
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	26504	70	2,66	2,29	14,57	89,52
Traškios daržovių lazdelės (morkos, agurkai, paprika)	19198	30/30/30	0,80	0,08	6,64	30,50
Vanduo, paskanintas apelsiniais	11259	100	0,03	0,00	0,35	1,54
Iš viso maitinimui:			17,06	11,17	45,70	351,54

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blynai su obuoliais	22757	76/24	4,87	5,59	37,82	220,99
Uogienė	26553	10	0,02	0,00	6,22	24,96
Nesaldinta vaistažolių arbata	14208	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			4,89	5,59	44,04	245,96
Iš viso dienai:			26,61	23,30	127,88	827,66

2 savaitė
Antradienis



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)	36705	138/3	6,05	4,22	33,26	195,21
Sezoniniai vaisiai	48361	80	0,80	0,32	18,72	80,96
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	3994	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			6,85	4,54	51,98	276,18

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių sriuba su žiediniais kopūstais arba brokoliais ir jautienos kumpiu (tausojantis)	55218	85/15	4,61	2,23	5,97	62,35
Ruginė duona	9608	30	1,83	0,30	13,68	
Virtų bulvių blynai su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	30229	120/40	9,66	8,65	40,58	278,79
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, pomidorai)	3626	50/50	0,82	0,16	4,00	20,72
Vanduo, paskanintas apelsiniais	11259	100	0,03	0,00	0,35	1,54
Iš viso maitinimui:			16,95	11,34	64,57	428,14

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su žolelėmis (augalinis) (tausojantis)	22932	200	8,28	6,77	31,95	221,83
Pomidorų padažas	27023	10	0,10	0,00	1,90	8,00
Liofilizuotos uogos	72702	12	1,08	0,24	4,08	22,80
Nesaldinta arbatžolių arbata	1416	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			9,46	7,01	37,93	252,63
Iš viso dienai:			33,25	22,89	154,49	956,95

2 savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų kruopų košė (augalinis)(tausojantis)	4594	150	2,98	0,35	26,95	122,85
Ruginė duona	9608	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Sezoniniai vaisiai	530	120	0,42	0,00	10,40	43,26
Nesaldinta vaisinė arbata	1522	100	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			5,42	0,80	51,52	234,94

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pomidorinė sriuba su plikytais ryžiais (augalinis) (tausojantis)	55863	100	0,89	2,06	7,91	53,73
Batono skrebutis	14214	15	1,13	0,29	7,55	37,24
Kepta garuose upėtakio filė su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	24254	90	19,30	10,11	0,51	170,24
Virti plikyti ryžiai su kariu (augalinis, tausojantis)	24583	59/1	1,87	0,11	17,06	76,71
Virtų burokėlių salotos su žirneliais ir raugintais agurkais (tausojantis)	3911	100	2,72	4,76	6,80	80,94
Vanduo paskanintas citrina	356	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			25,96	17,35	40,35	421,38

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė su braškių uogiene (augalinis) (tausojantis)	38575	200/15	3,33	6,21	32,13	197,73
Ruginė duona	9608	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Nesaldinta vaisinė arbata	1522	100	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			5,36	6,66	46,31	266,56
Iš viso dienai:			36,74	24,80	138,18	922,88



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)	4630	150/3	3,22	4,97	25,55	159,81
Sezoniniai vaisiai	60046	100	0,70	0,20	18,00	76,60
Ekologiškas fermentuotas avižų gėrimas	28581	110	0,22	0,22	6,16	27,50
Iš viso maitinimui:			4,14	5,39	49,71	263,91

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)	55217	100/10	3,12	4,27	7,91	82,57
Ruginė duona	22763	40	2,44	0,40	18,24	86,32
Bulvių plokštainis	30230	140	3,08	5,20	29,73	178,04
Šviežios daržovės (agurkai, pomidorai, paprika)	82989	25/25/30	0,70	0,16	4,16	20,86
Vanduo	3721	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			9,34	10,03	60,05	367,79

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų košė su morkomis (augalinis) (tausojantis)	27471	173/27	4,39	6,55	31,21	201,32
Ruginė duona	22763	40	2,44	0,40	18,24	86,32
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	3994	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			6,83	6,95	49,45	287,64
Iš viso dienai:			20,31	22,36	159,21	919,34

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Manų košė su braškių uogiene (augalinis) (tausojantis)	38587	200/20	4,38	5,27	35,78	208,10
Sezoniniai vaisiai	4016	100	0,40	0,00	6,10	26,00
Nesaldinta vaistažolių arbata	14208	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			4,78	5,27	41,88	234,11

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis) (tausojanti)	76356	100	3,03	2,21	12,80	83,19
Troškinta vištienos filė su žalumynais (tausojantis)	31964	100	22,30	6,00	0,10	143,60
Biri ryžių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	18974	70	2,05	1,60	18,85	98,00
Šviežios daržovės (agurkai, pomidorai, paprika)	84591	30/30/30	0,78	0,18	4,59	23,10
Vanduo	3721	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			28,16	9,99	36,34	347,89

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių košė su šaldytomis braškėmis (augalinis) (tausojantis)	38591	150/17	3,22	6,21	31,45	194,60
Ruginė duona	9608	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Liofilizuotos uogos	72702	12	1,08	0,24	4,08	22,80
Nesaldinta vaistažolių arbata	14208	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			6,13	6,75	49,21	282,15
Iš viso dienai:			39,08	22,01	127,43	864,15

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių dribsnių košė (augalinis) (tausojantis)	4625	150	5,22	2,31	22,47	131,53
Uogienė	4118	8	0,02	0,00	6,22	24,96
Sezoniniai vaisiai	1072	70	0,77	0,14	19,53	82,46
Nesaldinta vaistažolių arbata	14208	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			6,01	2,45	48,22	238,96

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis)(augalinis)	987	130	0,72	0,92	4,64	29,76
Ruginė duona	450	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Virti plikyti ryžiai su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	26201	100/40	12,11	22,16	23,95	343,67
Šviežios daržovės (agurkai, pomidorai, paprika)	82989	25/25/30	0,70	0,16	4,16	20,86
Vanduo	3721	100	0	0	0	0
Iš viso maitinimui:			14,74	23,44	41,88	437,45

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trijų grūdų (avižių, miežių, kviečių) dribsnių košė (augalinis) (tausojantis)	38588	200	5,27	0,95	31,82	156,83
Uogienė	26553	10	0,02	0,00	6,22	24,96
Ruginė duona	9608	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Liofilizuotos uogos	72703	12	0,91	0,44	6,07	31,93
Nesaldinta vaisinė arbata	1522	100	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			8,23	1,83	58,29	282,55
Iš viso dienai:			28,98	27,73	148,38	958,96



3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blynai su morkomis	22766	87/23	5,00	6,11	35,33	216,30
Sezoniniai vaisiai	48294	50	0,45	0,18	10,53	45,54
Ekologiškas fermentuotas avižų gėrimas	28622	110	0,22	0,22	6,16	27,50
Iš viso maitinimui:			5,67	6,51	52,02	289,34

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)	76357	100	1,59	1,17	12,25	65,88
Ruginė duona	22763	40	2,44	0,40	18,24	86,32
Kiaulienos kumpio maltinukas su daržovėmis (tausojantis)	38506	55/25	10,44	7,87	6,10	137,03
Virtos bulvės (tausojantis)	24580	70	1,47	0,07	14,48	64,46
Daržovių lazdelės (agurkai, pomidorai, paprika)	29573	20/20/20	0,52	0,12	3,06	15,40
Vanduo paskanintas citrina	356	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			16,52	9,65	54,67	371,61

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	38590	192/8	4,60	8,34	36,50	239,42
Ruginė duona	9608	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	347	100	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			6,43	8,64	50,18	304,17
Iš viso dienai:			28,62	24,79	156,87	965,12

3 savaitė
Trečiadienis


 Direktorė
 Saugos inspektorė

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su žolelėmis (augalinis) (tausojantis)	14710	150	6,78	4,45	26,15	171,75
Sezoniniai vaisiai	37521	120	1,20	0,48	28,08	121,44
Nesaldinta vaistažolių arbata	14208	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			7,98	4,93	54,23	293,19

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (augalinis, tausojantis)	13443	100	2,64	5,13	9,75	95,76
Ruginė duona	9608	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Kalakutienos file guliašas (tausojantis)	46449	120	13,45	5,70	4,87	124,53
Virti plikyti ryžiai su kariu (augalinis, tausojantis)	24583	59/1	1,87	0,11	17,06	76,71
Aisbergo salotos su pomidorais ir alyvuogių aliejumi	83564	70	0,65	1,97	2,95	32,13
Paprikų lazdelės	23803	25	0,23	0,05	1,68	8,05
Vanduo	3721	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			20,67	13,26	49,98	401,92

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė su braškių uogiene (augalinis) (tausojantis)	38575	200/15	3,33	6,21	32,13	197,73
Ruginė duona	22763	40	2,44	0,40	18,24	86,32
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	347	100	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			5,77	6,61	50,37	284,07
Iš viso dienai:			34,41	24,80	154,59	979,18

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Plikytų ryžių košė su šaldytomis braškėmis (augalinis) (tausojantis)	27473	150/17	3,22	4,21	31,45	176,60
Sezoniniai vaisiai	42408	80	0,24	0,32	12,08	52,16
Liofilizuotos uogos	75311	9	0,68	0,33	4,55	23,95
Nesaldinta vaistažolių arbata	14208	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			4,15	4,87	48,09	252,72

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta brokolių sriuba (augalinis) (tausojantis)	55888	100	1,06	4,10	7,03	69,24
Ruginė duona	450	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Makaronai su veršienos kumpio faršu (tausojantis)	38499	95/45	18,20	7,90	38,95	299,70
Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, paprika)	3830	50/50	0,78	0,08	4,36	21,28
Vanduo paskanintas citrina	356	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			21,32	12,30	59,99	435,90

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virtos a.r. dešrelės (tausojantis)	36009	80	10,40	14,40	2,40	180,80
Ruginė duona	9608	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Pomidorai	14838	20	0,20	0,08	1,16	6,16
Pomidorų padažas	15792	10	0,10	0,00	1,90	8,00
Nesaldinta vaistažolių arbata	14208	100	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			12,53	14,78	19,14	259,71
Iš viso dienai:			37,99	31,94	127,22	948,32


 Direktoriė
 Sandra Serenienė

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Manų košė su braškių uogiene (augalinis) (tausojantis)	38587	200/20	4,38	5,27	35,78	208,10
Kukurūzų traputis	21745	8	0,74	0,44	5,80	30,10
Sezoniniai vaisiai	42408	80	0,24	0,32	12,08	52,16
Nesaldinta vaisinė žolelių arbata	347	100	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			5,36	6,03	53,66	290,38

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)	55217	100/10	3,12	4,27	7,91	82,57
Kepti lašišų ir jūrinių lydekų file kotletai (tausojantis)	25422	30/30	12,95	5,96	7,44	135,25
Biri grikių košė (augalinis) (tausojantis)	26504	70	2,66	2,29	14,57	89,52
Virtų burokėlių salotos su svogūnais ir alyvuogių aliejumi (tausojantis)	82993	70	1,06	1,89	6,42	46,94
Vanduo	3721	100	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			19,79	14,42	36,35	354,28

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)	22413	160	3,41	4,17	31,86	178,61
Konservuoti agurkai	3276	90	0,54	0,00	2,16	10,80
Vaisių tyrė	76225	190	0,95	0,95	26,60	118,75
Nesaldinta kmynų arbata	28633	150	0,20	0,15	0,50	4,09
Iš viso maitinimui:			5,1	5,26	61,12	312,25
Iš viso dienai:			30,25	25,71	151,12	956,92