

Kauno lopšelis-darželis „Lakšutė“

Parko g. 10, Kaunas
(Įstaigos pavadinimas, adresas)



15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

Darželis (4-7 m.)

Įstaigos darbo laikas: nuo 7.00 iki 19.00 val.
Pradėtas naudoti nuo 2022 m. rugsėjo 1 d.

1 savaitė
Pirmadienis



Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė su pienu (2,5 proc. rieb.), migdolų drožlėmis ir braškėmis (tausojantis)	21063	200/5/1 3	8,36	8,44	41,03	273,47
Vaisiai (melionai)	44938	120	0,48	0,00	7,32	31,20
Nesaldinta kmynų arbata	1623	200	0,10	0,07	0,25	2,05
Iš viso maitinimui:			8,94	8,51	48,60	306,72

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta bulvių sriuba su skrebučiais (augalinis) (tausojantis)	44258	150/15	2,82	2,44	23,81	128,48
Kiaulienos kumpio-ryžių plovos (tausojantis)	862	70/130	16,22	15,55	33,83	340,14
Šviežių agurkų salotos su krapais	47959	120	0,84	3,66	3,32	49,57
Pomidorai	9898	50	0,50	0,20	2,90	15,40
Vanduo	11213	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			20,38	21,84	63,86	533,58

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėtukai (9 proc. rieb.) (tausojantis)	689	145	18,89	8,58	41,34	318,11
Ekol natūralus jogurtas 3,8 proc. rieb.	920	20	0,86	0,70	1,18	14,46
Trintos uogos (braškės)	2998	30	0,21	0,12	4,61	20,34
Nesaldinta žolelių arbata	520	200	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			19,96	9,40	47,13	352,93
Iš viso per dieną:			49,28	39,75	159,59	1193,23

1 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų košė (tausojantis)	3477	200	6,40	5,82	36,64	224,55
Pilno grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.), varškės sūriu (22 proc. rieb.) ir pomidorais (tausojantis)	11381	20/3/25 /15	7,02	8,28	11,49	148,58
Nesaldinta žolelių arbata	520	200	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			13,42	14,10	48,14	373,14

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	4616	150	4,17	2,28	17,91	108,89
Pilno grūdo šviesi duona	12842	20	1,04	0,22	9,86	45,58
Lašišos filė su pomidorais (tausojantis)	14408	104/16	19,68	15,49	2,01	226,24
Bulvių košė (tausojantis)	17271	90	2,18	3,22	16,15	102,31
Daržovių lazdelės (cukinija, paprika, morka)	2561	110	1,14	0,13	8,32	39,03
Vanduo	11213	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			28,22	21,35	54,26	522,05

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška makaronų sriuba (tausojantis)	44252	160	4,64	6,24	14,99	134,70
Vaisius (vynuogės)	26157	100	0,81	0,23	20,7	88,09
Pienas 2,5 proc. rieb.	2972	200	5,60	5,00	9,40	105,00
Iš viso maitinimui:			11,05	11,47	45,09	327,79
Iš viso per dieną:			52,69	46,92	147,49	1222,98

1 savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų košė (tausojantis)	3473	200	7,18	6,94	36,22	236,02
Vaisius (vynuogės)	26157	100	0,81	0,23	20,70	88,09
Nesaldinta žolelių arbata	520	200	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			7,99	7,17	56,92	324,12

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis)	4618	150	1,66	3,16	13,89	90,69
Kepti kalakutienos filė maltinukai su varške (9 proc. rieb.) ir cukinija (tausojantis)	24057	88/22	21,98	5,62	2,87	149,97
Virti griekiai (tausojantis)	9899	90	5,04	1,24	27,72	142,2
Burokėlių-žirnėlių salotos	4508	110	2,84	5,19	12,78	109,13
Švieži agurkai	2220	50	0,35	0,00	1,40	7,00
Vanduo	11213	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			31,87	15,21	58,65	498,98

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Mieliniai blynai	6712	100	6,97	13,30	38,47	301,45
Ekol natūralus jogurtas 3,8 %	920	20	0,86	0,70	1,18	14,46
Trintos uogos (braškės)	2998	30	0,21	0,12	4,61	20,34
Nesaldinta žolelių arbata	520	200	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			8,05	14,12	44,26	336,27
Iš viso per dieną:			47,91	36,5	159,83	1159,37

1 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė (tausojantis)	3898	200	7,93	6,68	34,98	231,70
Duona su sviestu (82 proc.rieb.) ir fermentiniu sūriu (45 proc.rieb.)	1238	25/7/15	5,27	9,77	11,79	156,13
Nesaldinta kmynų arbata	1623	200	0,10	0,07	0,25	2,05
Iš viso maitinimui:			13,29	16,52	47,01	389,88

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su pupelėmis (augalinis) (tausojantis)	4623	150	2,74	6,17	14,03	122,56
Keptas vištienos filė maltinukas (tausojantis)	777	75	18,08	7,06	7,16	164,55
Žiedinių kopūstų ir ryžių troškiny su grietinėle (30-35 proc.rieb.) (tausojantis)	4979	70/30	3,36	2,98	24,97	140,09
Pomidorų-agurkų salotos su alyvuogių aliejumi	9932	90	0,71	5,25	3,81	65,36
Vanduo	11213	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			24,89	21,46	49,97	492,56

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas (tausojantis)	543	95	9,89	12,15	2,36	158,32
Pilno grūdo šviesi duona	12842	20	1,04	0,22	9,86	45,58
Marinuoti agurkėliai	2423	30	0,18	0,00	0,72	3,60
Vaisius (bananai)	27147	90	1,00	0,40	23,40	101,20
Nesaldinta žolelių arbata	520	200	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			12,11	12,77	36,34	308,72
Iš viso per dieną:			50,29	50,75	133,32	1191,16

1 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių dribsnių košė su bananais ir sviestu (82 proc. rieš.) (tausojantis)	21085	200/25/ 5	7,73	7,50	37,99	250,36
Vaisiai (kiviai)	45035	120	1,08	0,48	17,76	79,68
Nesaldinta kmyņų arbata	1623	200	0,10	0,07	0,25	2,05
Iš viso maitinimui:			8,90	8,05	56,00	332,09

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	44179	150	1,22	1,40	8,28	50,66
Pilno grūdo ruginė duona	12802	30	1,47	0,39	15,30	70,59
Virtų bulvių cepelinai su kiaulienos kumpiu ir jautienos kumpiu (tausojantis)	1151	142/33	10,34	8,19	45,74	298,03
Grietinė 30 proc. rieš.	8205	15	0,39	4,50	0,41	43,68
Daržovių lazdelės (cukinija, paprika, morka)	2561	110	1,14	0,13	8,32	39,03
Agurkų lazdelės	19948	60	0,42	0,00	1,68	8,40
Vanduo	11213	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			14,99	14,62	79,72	510,39

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Makaronai su fermentiniu sūriu (45-50 proc. rieš.) (tausojantis)	1553	183/32	15,74	11,20	35,40	305,41
Švieži agurkai	2220	50	0,35	0,00	1,40	7,00
Nesaldinta žolelių arbata	520	200	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			16,10	11,20	36,80	312,43
Iš viso per dieną:			39,99	33,87	172,52	1154,91

2 savaitė
Pirmadienis



Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su jogurtu 3 proc.rieb. (tausojantis)	344	205	15,28	10,09	59,14	388,47
Nesaldinta žolelių arbata	520	200	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			15,28	10,09	59,14	388,49

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta morkų sriuba (augalinis) (tausojantis)	4628	150	1,28	6,10	12,43	109,74
Troškintas jautienos kumpis su daržovėmis (morkos, svogūnai, porai) (tausojantis)	20510	90/30	19,73	9,33	8,25	195,86
Virti griekiai (tausojantis)	1055	100	6,30	1,55	34,65	177,75
Agurkų, pomidorų, svogūnų salotos su nesaldintu jogurtu 3,8 proc.rieb.	26347	110	1,43	0,70	5,02	32,12
Vanduo	11213	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			28,74	17,68	60,35	515,47

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių dribsnių blynėliai su obuoliais	7106	140	8,39	11,58	34,30	275,00
Trintos uogos (braškės)	2998	30	0,21	0,12	4,61	20,34
Vaisiai (melionai)	44938	120	0,48	0,00	7,32	31,20
Pienas (2,5 proc.rieb.)	18660	200	2,80	2,50	4,70	52,50
Iš viso maitinimui:			11,88	14,20	50,92	379,04
Iš viso per dieną:			55,9	41,97	170,41	1283

2 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Manų kruopų košė su cinamonu (tausojantis)	1111	200/1	7,90	6,95	42,19	262,88
Vaisius (obuoliai)	22842	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Nesaldinta žolelių arbata	520	200	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			8,51	6,95	57,04	324,69

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (tausojantis) (augalinis)	44259	150	8,37	4,32	21,99	160,26
Grietinėleje (30-36 proc. rieb.) troškinta vištienos filė su morkomis (tausojantis)	12965	70/50	16,56	8,19	4,18	156,66
Virti ryžiai (tausojantis)	15784	90	3,28	1,98	30,16	151,58
Kopūstų-porų-obuolių salotos su alyvuogių aliejumi	3699	120	1,34	3,30	7,09	63,41
Vanduo	11213	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			29,55	17,79	63,41	531,91

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės apkepas su pilno grūdo miltais (tausojantis)	1561	150	18,57	11,31	24,13	272,57
Ekol natūralus jogurtas 3,8 proc. rieb.	920	20	0,86	0,70	1,18	14,46
Vaisius (persikas)	23030	120	0,84	0,00	13,32	56,64
Nesaldinta žolelių arbata	520	200	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			20,27	12,01	38,64	343,69
Iš viso per dieną:			58,33	36,75	159,09	1200,29

2 savaitė
Trečiadienis

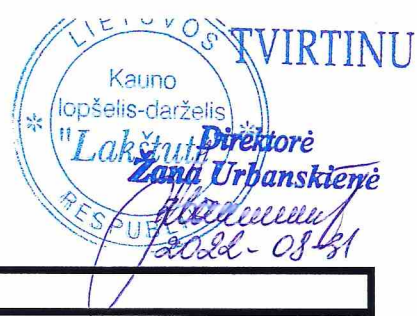


Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas su fermentiniu sūriu (45-50 proc. rieb.)(tausojantis)	3384	140	16,19	14,62	12,29	245,44
Pilno grūdo ruginė duona	12846	20	0,98	0,26	10,20	47,06
Vaisius (vynuogės)	23300	100	0,70	0,20	18,00	76,60
Nesaldinta žolelių arbata	520	200	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			17,87	15,08	40,49	369,11

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Raugintų kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	4791	150	0,95	3,04	8,17	63,84
Grikių ir kiaulienos kumpio troškiny (tausojantis)	1817	90/70	19,35	9,47	38,14	315,23
Vasaros salotos (agurkai, pomidorai, salotos)	26420	150	1,46	2,34	5,67	49,55
Vanduo	11213	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			21,77	14,85	51,98	428,63

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Morkų blynėliai	1671	120	7,82	13,67	41,28	319,44
Ekol natūralus jogurtas 3,8 proc. rieb.	920	20	0,86	0,70	1,18	14,46
Nesaldinta kmyņu arbata	1623	200	0,10	0,07	0,25	2,05
Iš viso maitinimui:			8,78	14,44	42,71	335,94
Iš viso per dieną:			48,42	44,37	135,18	1133,68

2 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška ryžių košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir trintomis braškėmis (tausojantis)	21112	200/6/1 5	6,19	7,36	44,11	267,46
Vaisiai (melionai)	44938	120	0,48	0,00	7,32	31,20
Nesaldinta žolelių arbata	520	200	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			6,67	7,36	51,44	298,68

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta žirnių sriuba su skrebučiais (augalinis) (tausojantis)	4964	150/10	7,79	4,52	29,00	187,89
Orkaitėje kepta vištienos file su bulvių ir morkų lazdelėmis (tausojantis)	24128	100/86/ 46	24,81	8,15	22,40	262,21
Rinkinukas (pomidorai-agurkai-paprika)	9941	60	0,52	0,12	3,06	15,40
Vanduo	11213	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			33,12	12,79	54,46	465,51

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai (9 proc. rieb.) (tausojantis)	7496	120	16,38	7,65	32,06	262,54
Ekol natūralus jogurtas 3,8 proc. rieb.	920	20	0,86	0,70	1,18	14,46
Trintos uogos (braškės)	2998	30	0,21	0,12	4,61	20,34
Nesaldinta kmyņu arbata	1623	200	0,10	0,07	0,25	2,05
Iš viso maitinimui:			17,55	8,54	38,09	299,39
Iš viso per dieną:			57,34	28,69	143,99	1063,58

2 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė su morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	21153	200/16/ 15	6,00	7,43	34,14	227,37
Duona su sviestu (82 proc. rieš.) virta vištienos krūtinėlės filė	11417	30/5/20	5,96	4,49	15,36	125,67
Nesaldinta žolelių arbata	520	200	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			11,95	11,92	49,50	353,06

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba su skrebučiais (tausojantis)	44415	150/10	1,59	6,41	9,56	102,32
Keptas lydekos filė maltinukas (tausojantis)	353	75	15,64	7,08	9,09	162,64
Žaliųjų žirnelių ir bulvių košė (tausojantis)	15851	100	3,84	1,82	12,96	83,63
Burokėlių salotos su obuoliais, porais ir aliejumi	3565	100	1,87	6,12	12,28	111,74
Morkų lazdelės	10762	100	1,00	0,10	10,40	46,50
Vanduo	11213	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			23,95	21,54	54,29	506,83

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virtinukai su varške (9 proc. rieš.) (tausojantis)	11754	120	11,10	6,74	42,39	274,63
Natūralus jogurtas (3,8 proc. rieš.) su bananais ir trintomis braškėmis	15499	30/15/1 5	1,55	1,17	6,09	41,07
Vaisiai (melionai)	44938	120	0,48	0,00	7,32	31,20
Nesaldinta žolelių arbata	520	200	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			13,13	7,91	55,80	346,92
Iš viso per dieną:			49,03	41,37	159,59	1206,81

3 savaitė
Pirmadienis



Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	12720	200	4,64	6,96	36,93	228,84
Vaisiai (kiviai)	45035	120	1,08	0,48	17,76	79,68
Nesaldinta žolelių arbata	520	200	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			5,72	7,44	54,69	308,53

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Makaronų sriuba su vištiena (tausojantis)	13617	150	5,28	3,79	12,07	103,55
Kiaulienos kumpio maltinis "Netikras zuikis" (tausojantis)	20628	80	13,25	7,23	4,67	136,72
Virti griekiai (tausojantis)	1055	100	6,30	1,55	34,65	177,75
Kopūstų-porų- obuolių salotos su alyvuogių aliejumi	3699	120	1,34	3,30	7,09	63,41
Rinkinukas (pomidorai-agurkai-paprika)	9941	60	0,52	0,12	3,06	15,40
Vanduo	11213	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			26,69	15,99	61,54	496,82

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc.rieb.) apkepas (tausojantis)	7524	160	19,35	16,60	28,28	339,95
Ekol natūralus jogurtas 3,8 proc.rieb.	920	20	0,86	0,70	1,18	14,46
Trintos uogos (braškės)	2998	30	0,21	0,12	4,61	20,34
Nesaldinta žolelių arbata	520	200	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			20,42	17,42	34,07	374,77
Iš viso per dieną:			52,83	40,85	150,3	1180,12

3 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių dribsnių košė su bananais ir sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	21085	200/25/ 5	7,73	7,50	37,99	250,36
Vaisius (obuoliai)	22842	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Nesaldinta žolelių arbata	520	200	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			8,33	7,50	52,84	312,18

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	4625	150	1,70	2,15	15,12	86,69
Bulvių plokštainis su viščiukų krūtinėlių filė	10822	230/40	15,04	6,05	40,65	277,18
Grietinė 30 proc. rieb.	8205	15	0,39	4,50	0,41	43,68
Daržovių lazdelės (cukinija, paprika, morka)	2561	110	1,14	0,13	8,32	39,03
Agurkų lazdelės	19948	60	0,42	0,00	1,68	8,40
Vanduo	11213	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			18,69	12,83	66,17	454,97

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliava ndeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška (2.5 proc. rieb.) ryžių sriuba (tausojantis)	44584	170	4,28	6,40	16,73	141,69
Batonas su tepamu sūreliu (50 proc. rieb.)	11487	40/20	5,12	5,36	22,64	159,28
Nesaldinta žolelių arbata	520	200	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			9,40	11,76	39,37	300,99
Iš viso per dieną:			36,42	32,09	158,38	1068,14

3 savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Manų kruopų košė su braškėmis bei cinamonu (tausojantis)	12782	200/10/ 1	7,41	6,49	39,80	247,22
Vaisiai (kiviai)	48974	100	0,90	0,40	14,80	66,40
Pienas 2,5 proc.rieb.	18660	100	2,80	2,50	4,70	52,50
Iš viso maitinimui:			11,11	9,39	59,30	366,12

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	5016	150	3,94	3,21	16,60	111,01
Orkaitėje keptas kiaulienos kumpio maltinukas praturtintas kviečių sėlenomis (tausojantis)	20723	100	20,31	14,01	7,15	235,97
Virti makaronai (tausojantis)	1488	100	4,45	2,77	23,06	134,98
Kons. agurkų ir svogūnų salotos su nesaldintu jogurtu 3,8 proc.rieb.	36177	105	1,22	0,53	3,42	23,36
Rinkinukas (pomidorai-agurkai)	9942	75	0,64	0,15	3,24	16,88
Vanduo	11213	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			30,56	20,67	53,48	522,21

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Viso grūdo kvietinių miltų blynai su obuoliais	1561	130	8,51	11,86	38,85	296,16
Ekol natūralus jogurtas 3,8 proc.rieb.	920	20	0,86	0,70	1,18	14,46
Nesaldinta žolelių arbata	520	200	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			9,37	12,56	40,03	310,63
Iš viso per dieną:			51,04	42,62	152,81	1198,96

3 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų košė (tausojantis)	3477	200	6,40	5,82	36,64	224,55
Vaisius (vynuogės)	22933	100	0,70	0,20	18,00	76,60
Nesaldinta žolelių arbata	520	200	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			7,10	6,02	54,64	301,16

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	5018	150	1,10	3,05	7,61	62,27
Apkepas su atvėsinta lašišos filė (tausojantis)	7597	70/60	15,45	12,60	9,23	212,05
Ryžių rizotas (tausojantis)	2332	100	3,82	5,85	23,62	162,42
Burokėlių-žirnelių salotos	4508	110	2,84	5,19	12,78	109,13
Traškios agurkų lazdelės	10877	30	0,21	0,00	0,84	4,20
Vanduo	11213	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			23,41	26,68	54,07	550,07

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška (2,5 proc. rieb.) grikių sriuba (tausojantis)	25947	200	7,99	6,32	27,86	200,26
Batonas su tepamu sūreliu (50 proc. rieb.)	529	40/20	4,92	5,20	21,40	152,08
Nesaldinta žolelių arbata	520	200	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			12,91	11,52	49,26	352,36
Iš viso per dieną:			43,42	44,22	157,97	1203,59

3 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė su sviestu (82 rieb. proc.) (tausojantis)	12691	200/8	7,24	9,34	38,15	265,62
Vaisius (kriaušės)	22844	120	0,36	0,48	18,12	78,24
Nesaldinta žolelių arbata	520	200	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			7,60	9,82	56,27	343,87

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	4616	150	4,17	2,28	17,91	108,89
Kapotos vištienos krūtinėlės file kepsniukai (tausojantis)	24336	90	17,72	7,06	4,07	150,69
Virti griekiai (tausojantis)	9899	90	5,04	1,24	27,72	142,20
Baltųjų ridikų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	49066	75	0,73	5,15	4,25	66,31
Agurkų lazdelės	6074	30	0,21	0,00	0,84	4,20
Vanduo	11213	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			27,87	15,74	54,79	472,29

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bulvių košė (tausojantis)	9991	160	3,58	3,93	30,52	171,78
Kefyras 2,5 proc. rieb.	19980	250	8,00	6,25	10,00	128,25
Iš viso maitinimui:			11,58	10,18	40,52	300,03
Iš viso per dieną:			47,05	35,74	151,58	1116,19