

Kauno lopšelis-darželis "Mažylis"

P. Plechavičiaus g. 13 , Kaunas

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

(nurodyti dienų skaičių)

1-3 metų

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas

Nuo 7:00 iki 19:00 val.

TVIRTINU:

Direktorė

Dalia Mazzauskienė



1 savaitė
Pirmadienis

Direktorė
Dalia Mazaliauskienė



Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu 82 proc. rieb. ir cinamonu (tausojantis)	28675	145/4 /1	3,94	4,90	19,17	136,50
Vaisiai pagal sezoną/Bananai	8262	100,00	1,00	0,40	23,40	101,20
Žalia arbata be cukraus	6263	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			4,94	5,30	42,57	237,70

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trinta brokolių su salierais sriuba (tausojantis) (augalinis)	53203	100,00	1,49	1,52	10,26	60,63
Ruginė duona	22394	20,00	1,17	0,02	8,81	40,12
Plovas su vištienos broilerių mėsa (tausojantis)	33484	60/40	16,62	10,51	32,11	289,51
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos, kalmaropės)	59202	110,00	1,15	0,14	10,10	46,18
Vanduo su citrina	6335	150,00	0,05	0,01	0,43	2,01
Iš viso maitinimui:			20,48	12,19	61,70	438,45

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Lietiniai su varške 9 proc. rieb	17505	75/35	7,32	13,35	37,24	298,40
Šaldytos šilauogės	20542	30,00	0,33	0,18	3,03	15,05
Vaistažolių arbata be cukraus	6336	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			7,65	13,53	40,27	313,46
Iš viso dienos davinio:			33,07	31,02	144,54	989,61



1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška trijų grūdų košė su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis)	7481	147/3	3,78	3,74	19,11	125,17
Duona su sviestu 82 proc. rieb. ir fermentiniu sūriu 45 proc. rieb.	2952	17/3/15	4,94	6,44	9,47	115,62
Juoda arbata be cukraus	6337	150,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			8,72	10,18	28,58	240,81

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	59432	100,00	3,10	0,18	10,07	54,32
Ruginė duona	22394	20,00	1,17	0,02	8,81	40,12
Viščiukų broilerių mėsos troškiny su daržovėmis (cukinija, morkos, žirneliai) (tausojantis)	33486	60/30	21,56	12,46	2,98	210,34
Virtos bulvės (tausojantis)	5403	90,00	1,80	0,09	17,73	78,93
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, agurkai)	58637	100,00	0,91	0,07	8,12	36,75
Vanduo su citrina	6335	150,00	0,05	0,01	0,43	2,01
Iš viso maitinimui:			28,59	12,84	48,13	422,46

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo makaronai (tausojantis)	3772	80,00	4,44	0,72	23,04	116,40
Šviežių pomidorų padažas	18444	30,00	0,34	3,09	1,98	37,08
Kefyras 2,5 proc. rieb	6339	100,00	3,20	2,50	4,00	51,30
Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai	9845	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Iš viso maitinimui:			8,38	6,31	38,92	245,98
Iš viso dienos davinio:			45,69	29,33	115,63	909,25

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virtas kiaušinis (tausojantis)	4528	60,00	7,62	6,54	0,54	91,50
Konservuoti žalieji žirneliai	21481	30,00	1,32	0,09	3,75	21,09
Duona su sviestu 82 proc. rieš. ir smulkintomis saulėgrąžomis	15512	25/5/5	2,62	6,58	12,05	117,86
Juoda arbata su citrina be cukraus	6340	150,00	0,06	0,02	0,54	2,53
Iš viso maitinimui:			11,62	13,22	16,88	232,98

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Žirnių ir salierų sriuba (tausojantis)	59509	100,00	3,73	0,30	14,70	76,45
Grietinė 30 proc. rieš.	4179	5,00	0,13	1,50	0,14	14,56
Orkaitėje kepti vištienos kumpeliai (tausojantis)	27296	90,00	14,76	8,70	0,81	140,54
Morkų ir obuolių salotos su natūraliu jogurtu 3, 8 proc. rieš.	65450	95,00	1,12	0,41	9,12	44,65
Šviežias agurkas	5745	25,00	0,18	0,00	0,70	3,50
Griekiai (tausojantis)	5396	70,00	4,20	1,03	23,10	118,49
Vanduo su citrina	6335	150,00	0,05	0,01	0,43	2,01
Iš viso maitinimui:			24,16	11,96	48,99	400,20

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Garuose virtos/keptos bulvės (tausojantis) (augalinis)	23638	125,00	2,50	5,12	24,63	154,61
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos ir agurkai)	59203	50,00	0,44	0,03	3,68	16,75
Kefyras 2,5 proc. rieš.	23785	100,00	3,20	2,50	4,80	54,50
Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai	9845	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Iš viso maitinimui:			6,54	7,65	43,01	267,06
Iš viso dienos davinio:			42,32	32,83	108,88	900,24



1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Sorų košė su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis)	26426	98/2	3,85	2,57	22,19	127,28
Pienas 2,5 proc. rieb.	21913	120,00	3,36	3,00	5,64	63,00
Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai	9845	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Iš viso maitinimui:			7,61	5,57	37,73	231,48

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	59435	100,00	0,96	0,89	8,71	46,66
Jūros lydekų ir lašišos file apkepas (tausojantis)	3211	55/30 /35	16,00	10,54	7,58	189,23
Grietinės 30 proc. rieb., sviesto 82 proc. rieb. ir pomidorų padažas	4187	20,00	0,46	2,92	1,36	33,58
Bulvių košė (tausojantis)	5397	100,00	2,11	2,22	16,13	92,89
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos)	44941	40,00	0,38	0,06	3,42	15,74
Burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi	12204	100,00	1,57	1,01	9,32	52,61
Vanduo su citrina	6335	150,00	0,05	0,01	0,43	2,01
Iš viso maitinimui:			21,53	17,65	46,95	432,72

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Mieliniai blynai	15978	100,00	2,62	13,43	39,45	289,11
Vaistažolių arbata be cukraus	6336	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			2,62	13,43	39,45	289,12
Iš viso dienos davinio:			31,76	36,65	124,13	953,32



1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avižinių dribsnių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	7488	149/1	4,47	2,89	19,26	120,93
Sumuštinis su sviestu 82 proc. rieb. ir varške 9 proc. rieb.	13640	25/5/20	4,87	6,28	13,49	129,92
Kmynų arbata be cukraus	6342	150,00	0,03	0,02	0,07	0,61
Iš viso maitinimui:			9,36	9,19	32,82	251,46

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Raugintų kopūstų ir burokėlių sriuba su jautienos kumpiu (tausojantis)	59436	90/10	2,39	0,35	3,52	26,76
Grietinė 30 proc. rieb.	20546	5,00	0,12	1,50	0,16	14,60
Tarkuotų bulvių cepelinai su kiaulienos mente	27945	50/50	11,70	11,03	41,38	311,61
Grietinė 15 proc. rieb.	17312	20,00	0,58	3,00	0,58	31,64
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos)	59204	90,00	0,88	0,12	8,44	38,28
Vanduo	911	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			15,66	15,99	54,07	422,88

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška leistinukų sriuba su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis)	12696	100,00	4,89	4,34	18,07	130,93
Vaisiai pagal sezoną/Bananai	8262	100,00	1,00	0,40	23,40	101,20
Žalia arbata be cukraus	6263	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			5,89	4,74	41,47	232,13
Iš viso dienos davinio:			30,91	29,92	128,36	906,47

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška penkių (avižinių, kvietinių, miežinių, ruginių, sorų) grūdų košė su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis)	28679	147/3	3,88	4,04	18,78	126,97
Duona su sviestu 82 proc. rieb. ir a.r. virta dešra	2947	25/5/25	4,30	9,60	12,19	152,36
Juoda arbata su citrina be cukraus	6340	150,00	0,06	0,02	0,54	2,53
Iš viso maitinimui:			8,24	13,65	31,51	281,87

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Žaliųjų žirnelių, kopūstų ir morkų sriuba (tausojantis)	59440	100,00	1,06	0,98	4,71	31,90
Ruginė duona	6067	30,00	1,83	0,30	13,68	64,74
Žuvies (jūros lydeka) kukuliai (tausojantis)	11816	80,00	11,96	2,08	3,12	79,10
Grietinės 30 proc. rieb., sviesto 82 proc. rieb. ir pomidorų padažas	4187	20,00	0,46	2,92	1,36	33,58
Bulvių košė (tausojantis)	20236	100,00	2,11	2,22	16,13	92,89
Burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi	65200	100,00	1,57	1,01	9,32	52,61
Vanduo	911	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			18,99	9,51	48,32	354,82

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Varškės 9 proc. rieb. apkepas (tausojantis)	17509	120,00	14,90	8,86	20,11	219,75
Trintos šaldytos avietės	20547	30,00	0,36	0,18	4,59	21,41
Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai	9845	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Vaistažolių arbata be cukraus	6336	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			15,66	9,04	34,59	282,37
Iš viso dienos davinio:			42,89	32,2	114,42	919,06



2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avižinių dribsnių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	7488	149/1	4,47	2,89	19,26	120,93
Duona su sviestu 82 proc. rieb. ir fermentiniu sūriu 45 proc. rieb.	15513	20/3/15	4,89	6,26	9,16	112,57
Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai	9845	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Žalia arbata be cukraus	6263	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			9,76	9,15	38,32	274,70

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pomidorinė sriuba su vištienos brolierių mėsa (tausojantis)	59441	90/10	2,17	1,20	6,41	45,14
Ruginė duona	22394	20,00	1,17	0,02	8,81	40,12
Kiaulienos mentės ir jautienos kumpio maltinis su daržovėmis (tausojantis)	27946	50/25	9,75	13,02	4,24	173,16
Virtos perlinės kruopos (tausojantis)	20237	70,00	2,83	0,38	18,18	87,38
Šviežių kopūstų, marinuotų agurkų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi	12206	90,00	0,97	0,94	6,30	37,52
Vanduo	911	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			16,88	15,56	43,93	383,32

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Obuolių blynėliai su viso grūdo miltais	17059	30/70	5,63	9,74	34,41	247,81
Pienas 2,5 proc. rieb.	6341	100,00	2,80	2,50	4,70	52,50
Iš viso maitinimui:			8,43	12,24	39,11	300,31
Iš viso dienos davinio:			35,07	36,95	121,36	958,33



2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grikių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	28680	147/3	3,96	3,60	21,20	133,02
Vaisiai pagal sezoną/Bananai	8262	100,00	1,00	0,40	23,40	101,20
Kmynų arbata be cukraus	6342	150,00	0,03	0,02	0,07	0,61
Iš viso maitinimui:			4,99	4,02	44,67	234,83

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trinta salierų žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	53469	100,00	1,13	1,31	8,02	48,34
Ruginė duona	22396	30,00	1,76	0,03	13,21	60,18
Viščiukų broilerių mėsos troškiny su daržovėmis (cukinija, morkos, žirneliai) (tausojantis)	33486	60/30	21,56	12,46	2,98	210,34
Virtos bulvės (tausojantis)	5403	90,00	1,80	0,09	17,73	78,93
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos, agurkai)	12179	90,00	0,86	0,09	8,23	37,17
Vanduo su citrina	6335	150,00	0,05	0,01	0,43	2,01
Iš viso maitinimui:			27,16	14,00	50,59	436,96

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo makaronai su fermentiniu sūriu 45 proc.rieb. (tausojantis)	15979	70/20	9,64	6,70	25,30	200,02
Pienas 2,5 proc.rieb.	6341	100,00	2,80	2,50	4,70	52,50
Iš viso maitinimui:			12,44	9,20	30,00	252,52
Iš viso dienos davinio:			44,59	27,22	125,26	924,31

2 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška miežinių kruopų košė su cinamonu (tausojantis) (augalinis)	28681	149/1	4,01	3,43	20,90	130,48
Duona su sviestu 82 proc. rieb. ir kiaušiniu	15514	20/5/30	5,01	7,39	9,12	123,03
Juoda arbata be cukraus	6337	150,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			9,02	10,82	30,02	253,53

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis)	59432	100,00	3,10	0,18	10,07	54,32
Grietinė 30 proc. rieb.	4179	5,00	0,13	1,50	0,14	14,56
Ruginė duona	22396	30,00	1,76	0,03	13,21	60,18
Kalakutienos šlaunelių mėsos troškiny su daržovėmis (tausojantis)	5627	70/30	13,48	8,10	2,35	136,20
Griekiai (tausojantis)	5396	70,00	4,20	1,03	23,10	118,49
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su natūraliu jogurtu 3,8 proc. rieb.	65463	100,00	1,44	0,51	4,38	27,85
Vanduo	911	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			24,11	11,36	53,24	411,59

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška perlinių kruopų sriuba (tausojantis)	59444	110,00	4,32	5,66	20,37	149,69
Vaisiai pagal sezoną/Bananai	17607	100,00	0,95	0,38	22,23	96,14
Juoda arbata be cukraus	6337	150,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			5,27	6,04	42,60	245,85
Iš viso dienos davinio:			38,4	28,22	125,86	910,97

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kukurūzų košė su cinamonu (tausojantis) (augalinis)	7491	149/1	2,59	2,15	25,89	133,26
Vaisiai pagal sezoną/obuoliai	451	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Pienas 2,5 proc.rieb.	21913	120,00	3,36	3,00	5,64	63,00
Iš viso maitinimui:			6,35	5,15	41,43	237,46

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis)	37841	100,00	1,48	0,16	12,09	55,75
Grietinė 30 proc.rieb.	20546	5,00	0,12	1,50	0,16	14,60
Balandėliai su kiaulienos mente (tausojantis)	27947	85/45	11,04	13,09	7,85	193,37
Virtos bulvės (tausojantis)	5403	90,00	1,80	0,09	17,73	78,93
Grietinės 30 proc.rieb., sviesto 82 proc.rieb. ir pomidorų padažas	4205	15,00	0,34	2,32	1,06	26,45
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos)	58639	130,00	0,98	0,13	9,48	42,93
Vanduo	911	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			15,76	17,29	48,36	412,02

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avižinių miltų blynėliai su obuoliais	15980	85/35	5,02	11,21	32,95	252,78
Žalia arbata be cukraus	6263	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			5,02	11,21	32,95	252,78
Iš viso dienos davinio:			27,13	33,65	122,74	902,26

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ryžių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	7492	149/1	2,34	2,12	22,74	119,40
Duona su sviestu 82 proc. rieb. ir fermentiniu sūriu 45 proc. rieb.	15513	20/3/9	4,89	6,26	9,16	112,57
Vaisiai pagal sezoną/Apelsinai	8267	80,00	0,72	0,08	9,36	41,04
Žalia arbata be cukraus	6263	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			7,95	8,46	41,26	273,01

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Raugintų kopūstų sriuba su jautienos kumpiu (tausojantis)	59517	90/10	1,65	0,21	4,99	28,45
Grietinė 30 proc. rieb.	4179	5,00	0,13	1,50	0,14	14,56
Ruginė duona	22396	30,00	1,76	0,03	13,21	60,18
Bulvių plokštainis (tausojantis)	27948	165,00	4,61	3,01	36,27	190,66
Grietinė 15 proc. rieb.	4181	15,00	0,44	2,25	0,44	23,73
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos)	44833	90,00	0,88	0,12	8,44	38,28
Vanduo su citrina	6335	150,00	0,05	0,01	0,43	2,01
Iš viso maitinimui:			9,51	7,13	63,90	357,87

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Omletas (tausojantis)	1041	65,00	5,26	5,36	1,69	76,03
Duona su sviestu 82 proc. rieb. ir pomidoru	2917	30/5/20	2,06	4,48	14,88	108,06
Konservuoti žalieji žirneliai	21481	30,00	1,32	0,09	3,75	21,09
Kefyras 2,5 proc. rieb.	6339	100,00	3,20	2,50	4,00	51,30
Iš viso maitinimui:			11,84	12,43	24,32	256,48
Iš viso dienos davinio:			29,3	28,02	129,48	887,36

3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška penkių grūdų (avižinių, kvietinių, miežinių, ruginių, sorų) košė su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis)	28679	147/3	3,88	4,04	18,78	126,97
Duona su sviestu 82 proc. rieb. ir fermentiniu sūriu 45 proc. rieb.	15513	20/3/9	4,89	6,26	9,16	112,57
Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai	9845	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Juoda arbata su citrina be cukraus	6340	150,00	0,06	0,02	0,54	2,53
Iš viso maitinimui:			9,23	10,31	38,38	283,28

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trinta brokolių su šparaginėmis pupelėmis sriuba (tausojantis) (augalinis)	54816	100,00	1,76	1,52	9,71	59,55
Skrebučiai su prieskoninėmis žolelėmis	6079	20,00	1,68	1,51	10,24	61,26
Kalakutienos šlaunelių mėsos troškiny su daržovėmis (tausojantis)	5627	70/30	13,48	8,10	2,35	136,20
Virtos perlinės kruopos (tausojantis)	6927	70,00	2,30	0,30	18,25	84,90
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su natūraliu jogurtu 3,8 proc. rieb.	65463	100,00	1,44	0,51	4,38	27,85
Vanduo	911	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			20,66	11,94	44,93	369,76

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo miltų blynėliai	15981	90,00	3,95	11,58	35,54	262,20
Pienas 2,5 proc. rieb.	6341	100,00	2,80	2,50	4,70	52,50
Iš viso maitinimui:			6,75	14,08	40,24	314,70
Iš viso dienos davinio:			36,64	36,33	123,55	967,74



3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu proc. rieb. ir cinamonu (tausojantis)	28675	146/4 /1	3,94	4,90	19,17	136,50
Vaisiai pagal sezoną/Bananai	8262	100,00	1,00	0,40	23,40	101,20
Žalia arbata be cukraus	6263	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			4,94	5,30	42,57	237,70

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trinta žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	54816	100,00	1,34	1,31	8,43	50,88
Naminiai koldūnai su kiaulienos mente (tausojantis)	27949	50/60	11,04	18,07	29,95	326,55
Grietinė 15 proc. rieb.	4181	15,00	0,44	2,25	0,44	23,73
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos, agurkai)	12179	90,00	0,86	0,09	8,23	37,17
Vanduo su citrina	6335	150,00	0,05	0,01	0,43	2,01
Iš viso maitinimui:			13,71	21,73	47,48	440,34

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Varškės 9 proc. rieb. apkepas (tausojantis)	17509	120,00	14,90	8,86	20,11	219,75
Trintos šaldytos braškės	4178	30,00	0,21	0,12	2,37	11,39
Kukurūzų traputis	2368	10,00	0,92	0,55	7,25	37,63
Vaistažolių arbata be cukraus	6336	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			16,03	9,53	29,72	268,78
Iš viso dienos davinio:			34,68	36,56	119,77	946,82

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trijų dribsnių (avižinių, kvietinių, miežinių) košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	11463	149/1	1,99	1,27	12,02	67,44
Pienas 2,5 proc.rieb.	21913	120,00	3,36	3,00	5,64	63,00
Vaisiai pagal sezoną/Bananai	8262	100,00	1,00	0,40	23,40	101,20
Iš viso maitinimui:			6,35	4,67	41,06	231,63

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Žaliųjų žirnelių, kopūstų ir morkų sriuba (tausojantis)	31207	100,00	1,06	0,98	4,71	31,90
Grietinė 30 proc.rieb.	20546	5,00	0,12	1,50	0,16	14,60
Grietinės 30 proc.rieb. ir sviesto 82 proc.rieb. padažas	4187	20,00	0,46	2,92	1,36	33,58
Jūros lydekų ir lašišos file sufle (tausojantis)	3214	45/40 /20	16,18	9,42	6,96	177,36
Bulvių košė (tausojantis)	20236	100,00	2,11	2,22	16,13	92,89
Burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi	65200	100,00	1,57	1,01	9,32	52,61
Vanduo su citrina	6335	150,00	0,05	0,01	0,43	2,01
Iš viso maitinimui:			21,55	18,06	39,05	404,95

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Karšti sumuštiniai su fermentiniu sūriu 45 proc.rieb. , a.r. virta dešra, pomidorų padažu ir agurkėliais	2954	40/20 /20/5/ 10	10,25	10,00	22,35	220,40
Šviežių daržovių rinkinukas (kalmaropės, paprikos)	15274	40,00	0,52	0,06	2,58	12,94
Kefyras 2,5 proc.rieb	23785	100,00	3,20	2,50	4,80	54,50
Iš viso maitinimui:			13,97	12,56	29,73	287,84
Iš viso dienos davinio:			41,87	35,29	109,84	924,42

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avižinių dribsnių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	28677	149/1	4,14	2,92	19,65	121,44
Vaisiai pagal sezoną/ Obuoliai	9845	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Duona su sviestu 82 proc.rieb. ir smulkintomis saulėgrąžomis	13999	20/5/5	2,68	6,80	12,44	121,66
Žalia arbata be cukraus	6263	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			7,22	9,72	41,99	284,30

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Vištienos broilerių mėsos sultinys su makaronais (tausojantis)	59508	90/10	2,56	0,72	9,33	53,98
Ruginė duona	22419	15,00	0,92	0,15	6,84	32,37
Troškinti vištienos broilerių mėsos ir viščiukų ketvirčių kukuliai (tausojantis)	33530	40/15	17,73	7,88	4,10	158,23
Ryžiai (tausojantis)	5402	50,00	1,64	0,08	15,08	67,60
Morkų, kopūstų ir obuolių salotos su citrina	65319	90,00	0,89	0,06	9,05	40,25
Šviežias agurkas	23669	25,00	0,18	0,00	0,70	3,50
Vanduo	911	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			23,90	8,88	45,10	355,93

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virti varškėčiai 9 proc.rieb. (tausojantis)	3725	90,00	12,90	6,31	19,87	187,93
Pieno 2,5 proc.rieb. ir sviesto 82 proc.rieb. padažas	20573	20,00	0,48	2,07	1,87	28,08
Pienas 2,5 proc.rieb.	6357	80,00	2,24	2,00	3,76	42,00
Iš viso maitinimui:			15,63	10,39	25,51	258,01
Iš viso dienos davinio:			46,75	28,99	112,6	898,24