

Kauno lopšelis- darželis „Mažylis“
P. Plechavičiaus g. 13, Kaunas

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS
(nurodyti dienų skaičių)

4-7 metų
(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

Įstaigos darbo laikas
Nuo 7:00 iki 19:00 val.

TVIRTINU:
Direktorė
Dalia Mazajauskienė



1 savaitė
Pirmadienis

Direktorė
Dalia Mazaliauskiene



Pusryčiai 09:00 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)	28706	193/6/1	6,13	6,93	32,50	216,90
Vaisiai pagal sezoną/Bananai	8213	100,00	1,00	0,40	23,40	101,20
Žalia arbata be cukraus	6313	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			7,13	7,33	55,90	318,10

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trinta brokolių su salierais sriuba (tausojantis) (augalinis)	53204	150,00	2,13	2,03	12,82	78,08
Ruginė duona	22420	20,00	1,17	0,02	8,81	40,12
Plovas su vištienos broilerių mėsa (tausojantis)	33531	60/65	25,73	13,50	37,40	374,03
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos, kalioropės)	59202	130,00	1,34	0,16	11,99	54,76
Vanduo su citrina	6314	200,00	0,05	0,01	0,43	2,01
Iš viso maitinimui:			30,43	15,72	71,44	549,00

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Lietiniai su varške 9 proc. rieb.	17525	90/50	10,37	16,47	38,15	342,37
Šaldytos šilauogės	20574	40,00	0,44	0,24	4,04	20,06
Vaistažolių arbata be cukraus	6315	200,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			10,82	16,71	42,19	362,45
Iš viso dienos davinio:			48,38	39,76	169,53	1229,55

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška trijų (avižinių, kvietinių, miežinių) grūdų košė su sviestu 82 proc. riebus (tausojantis)	7462	196/4	4,51	4,79	22,89	152,65
Duona su sviestu 82 proc. riebus ir fermentiniu sūriu 45 proc. riebus	2926	20/5/25	7,42	10,60	9,71	163,92
Juoda arbata be cukraus	6316	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			11,93	15,39	32,60	316,60

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	59510	150,00	4,51	0,26	13,75	75,38
Ruginė duona	22420	20,00	1,17	0,02	8,81	40,12
Viščiukų broilerių mėsos troškiny su daržovėmis (cukinija, morkos, žirneliai) (tausojantis)	33532	80/40	28,63	17,05	3,47	281,90
Virtos bulvės (tausojantis)	5373	100,00	2,00	0,10	19,70	87,70
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, agurkai)	60138	120,00	1,11	0,09	10,20	46,05
Vanduo su citrina	6314	200,00	0,05	0,01	0,43	2,01
Iš viso maitinimui:			37,47	17,54	56,36	533,16

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo makaronai (tausojantis)	3825	90,00	5,55	0,90	28,80	145,50
Šviežių pomidorų padažas	18445	40,00	0,61	3,58	3,44	48,41
Kefyras 2,5 proc. riebus	7271	100,00	3,20	2,50	4,00	51,30
Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai	8234	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Iš viso maitinimui:			9,76	6,98	46,14	286,41
Iš viso dienos davinio:			59,16	39,91	135,1	1136,17



1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virtas kiaušinis (tausojantis)	4535	60,00	7,62	6,54	0,54	91,50
Konservuoti žalieji žirneliai	57599	30,00	1,32	0,09	3,75	21,09
Duona su sviestu 82 proc. rieb. ir smulkintomis saulėgrąžomis	15533	35/7/9	4,11	9,78	17,27	173,50
Juoda arbata su citrina be cukraus	6324	200,00	0,06	0,02	0,54	2,54
Iš viso maitinimui:			13,11	16,43	22,09	288,64

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Žirnių ir salierų sriuba (tausojantis)	59511	150,00	6,20	0,44	21,04	112,95
Grietinė 30 proc. rieb.	4135	5,00	0,13	1,50	0,14	14,56
Orkaitėje kepti vištienos kumpeliai (tausojantis)	27297	110,00	18,19	10,30	0,86	168,86
Morkų ir obuolių salotos su natūraliu jogurtu 3,8 proc. rieb.	65451	100,00	1,31	0,55	9,64	48,73
Grikių (tausojantis)	5370	80,00	4,80	1,18	26,40	135,41
Šviežias agurkas	5724	25,00	0,18	0,00	0,70	3,50
Vanduo su citrina	6314	200,00	0,05	0,01	0,43	2,01
Iš viso maitinimui:			30,84	13,98	59,20	486,03

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išseiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Garuose virtos/keptos bulvės (augalinis) (tausojantis)	23673	145,00	2,76	6,13	27,19	175,00
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, agurkai)	60138	120,00	1,11	0,09	10,20	46,05
Kefyras 2,5 proc. rieb	23812	100,00	3,20	2,50	4,80	54,50
Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai	8234	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Iš viso maitinimui:			7,47	8,72	52,09	316,75
Iš viso dienos davinio:			51,42	39,13	133,38	1091,42



1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Sorų košė su sviestu 82 proc.rieb. (tausojantis)	26427	147/3	4,82	3,62	27,74	162,82
Pienas 2,5 proc.rieb.	15950	190,00	5,32	4,75	8,93	99,75
Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai	8234	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Iš viso maitinimui:			10,54	8,37	46,57	303,77

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis)	59512	150,00	1,29	1,00	11,67	60,87
Jūros lydeka ir lašišos file apkepas (tausojantis)	9622	60/35/ 45	20,53	14,61	10,17	254,29
Grietinės 30 proc.rieb., sviesto 82 proc.rieb. ir pomidorų padažas	4190	30,00	0,67	4,64	2,12	52,90
Bulvių košė (tausojantis)	5371	100,00	2,11	2,22	16,13	92,89
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos)	44942	40,00	0,38	0,06	3,42	15,74
Burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi	12115	110,00	1,71	2,13	10,17	66,69
Vanduo su citrina	6314	200,00	0,05	0,01	0,43	2,01
Iš viso maitinimui:			26,75	24,67	54,10	545,40

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Mieliniai blynai	16002	120,00	2,95	16,11	51,85	364,20
Vaistažolių arbata be cukraus	6315	200,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			2,95	16,11	51,85	364,21
Iš viso dienos davinio:			40,24	49,15	152,52	1213,38



1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avižinių dribsnių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	28707	198/2	4,14	3,83	19,65	129,63
Sumuštinis su sviestu 82 proc. rieb. ir varške 9 proc. rieb.	13641	30/5/25	6,45	6,92	17,62	158,56
Kmynų arbata be cukraus	6327	200,00	0,04	0,03	0,10	0,82
Iš viso maitinimui:			10,63	10,78	37,37	289,01

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Raugintų kopūstų ir burokėlių sriuba su jautienos kumpiu (tausojantis)	59513	140/10	3,31	0,46	5,09	37,74
Grietinė 30 proc. rieb.	20575	5,00	0,12	1,50	0,16	14,60
Tarkuotų bulvių cepelinai su kiaulienos mente	27986	60/60	13,74	13,22	47,13	362,53
Grietinė 15 proc. rieb.	4162	25,00	0,73	3,75	0,73	39,55
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos)	21965	100,00	0,98	0,13	9,48	42,93
Vanduo	913	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			18,87	19,06	62,57	497,35

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška leistinukų sriuba su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis)	12616	150,00	7,16	6,36	27,22	194,79
Vaisiai pagal sezoną/Bananai	10609	100,00	1,00	0,40	23,40	101,20
Žalia arbata be cukraus	6313	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			8,16	6,76	50,62	295,99
Iš viso dienos davinio:			37,66	36,6	150,56	1082,35



2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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)	28708	196/4	4,63	5,15	22,50	154,81
Duona su sviestu 82 proc. rieb. ir a.r. virta dešra	2938	30/5/30	5,16	10,70	14,62	175,40
Juoda arbata su citrina be cukraus	6324	200,00	0,06	0,02	0,54	2,54
Iš viso maitinimui:			9,85	15,86	37,65	332,75

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Žirnelių, kopūstų ir morkų sriuba (tausojantis) (augalinis)	59514	150,00	2,09	1,96	8,92	61,64
Ruginė duona	6046	30,00	1,83	0,30	13,68	64,74
Jūros lydeka kukuliai (tausojantis)	11817	100,00	14,90	2,58	3,80	98,00
Grietinės 30 proc. rieb. sviesto 82 proc. rieb. ir pomidorų padažas	4190	30,00	0,67	4,64	2,12	52,90
Bulvių košė (tausojantis)	20264	100,00	2,11	2,22	16,13	92,89
Burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi	65324	110,00	1,71	2,13	10,17	66,69
Vanduo	913	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			23,32	13,82	54,81	436,87

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Varškės 9 proc. rieb. apkepas (tausojantis)	17526	150,00	17,50	11,23	23,63	265,61
Trintos šaldytos avietės	20576	40,00	0,48	0,24	6,12	28,54
Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai	8234	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Vaistažolių arbata be cukraus	6315	200,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			18,38	11,47	39,65	335,37
Iš viso dienos davinio:			51,55	41,15	132,11	1104,99



2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avižinių dribsnių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	7471	198/2	5,22	4,13	22,47	147,91
Duona su sviestu 82 proc. rieš. ir fermentiniu sūriu 45 proc. rieš.	15534	20/5/25	7,37	10,42	9,40	160,88
Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai	8234	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Žalia arbata be cukraus	6313	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			12,99	14,55	41,77	349,99

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pomidorinė sriuba su vištienos broilerių mėsa (tausojantis)	59515	140/10	4,31	2,43	10,87	82,58
Ruginė duona	22420	20,00	1,17	0,02	8,81	40,12
Kiaulienos mentės ir jautienos kumpio maltinis su daržovėmis (tausojantis)	27987	60/30	11,79	15,13	6,00	207,31
Virtos perlinės kruopos (tausojantis)	20265	80,00	3,96	0,53	25,45	122,33
Šviežių kopūstų, marinuotų agurkų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi	12118	100,00	1,12	1,43	6,74	44,33
Vanduo	913	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			22,34	19,54	57,85	496,66

Vakariene 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Obuolių blynėliai su viso grūdo miltais	10826	94/36	7,75	11,40	46,02	317,66
Pienas 2,5 proc. rieš.	6370	100,00	2,80	2,50	4,70	52,50
Iš viso maitinimui:			10,55	13,90	50,72	370,16
Iš viso dienos davinio:			45,88	47,99	150,34	1216,81



2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grikių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	28709	195/5	5,28	5,71	28,26	185,55
Vaisiai pagal sezoną/Bananai	10609	100,00	1,00	0,40	23,40	101,20
Kmynų arbata be cukraus	6327	200,00	0,04	0,03	0,10	0,82
Iš viso maitinimui:			6,32	6,14	51,76	287,57

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trinta salierų ir žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	53470	150,00	1,66	1,93	11,64	70,56
Ruginė duona	22421	30,00	1,76	0,03	13,21	60,18
Viščiukų broilerių mėsos troškiny su daržovėmis (cukinija, morkos, žirneliai) (tausojantis)	33532	80/40	28,63	17,05	3,47	281,90
Virtos bulvės (tausojantis)	5373	100,00	2,00	0,10	19,70	87,70
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos, agurkai)	22248	120,00	1,14	0,12	10,79	48,78
Vanduo su citrina	7286	200,00	0,01	0,00	0,11	0,50
Iš viso maitinimui:			35,20	19,24	58,92	549,62

Vakarienė 16:00 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)	16003	90/25	10,38	6,78	30,61	225,00
Pienas 2,5 proc.rieb.	6332	200,00	5,60	5,00	9,40	105,00
Iš viso maitinimui:			15,98	11,78	40,01	330,00
Iš viso dienos davinio:			57,5	37,16	150,69	1167,19



2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Miežinių kruopų košė cinamonu (tausojantis) (augalinis)	26404	199/1	4,16	2,37	29,20	154,76
Duona su sviestu 82 proc.rieb. ir kiaušiniu	15535	35/5/35	6,52	7,95	15,77	160,74
Juoda arbata be cukraus	7157	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			10,68	10,32	44,97	315,51

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)	59510	150,00	4,51	0,26	13,75	75,38
Grietinė 30 proc.rieb.	4135	5,00	0,13	1,50	0,14	14,56
Ruginė duona	22421	30,00	1,76	0,03	13,21	60,18
Kalakutienos šlaunelių mėsos troškiny su daržovėmis (tausojantis)	5580	80/40	15,53	10,78	3,06	171,46
Grikliai (tausojantis)	5370	80,00	4,80	1,18	26,40	135,41
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su natūraliu jogurtu 3,8 proc.rieb.	65466	110,00	1,48	0,55	4,44	28,60
Vanduo	913	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			28,20	14,31	61,00	485,59

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška perlinių kruopų sriuba (tausojantis)	59516	150,00	5,65	7,40	25,20	189,96
Vaisiai pagal sezoną/Bananai	10609	100,00	1,00	0,40	23,40	101,20
Juoda arbata be cukraus	6316	200,00	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			6,65	7,80	48,60	291,19
Iš viso dienos davinio:			45,53	32,43	154,57	1092,29



2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų košė su cinamonu (tausojantis) (augalinis)	1517	199/1	3,01	2,21	31,73	158,85
Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai	8234	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Pienas 2,5 proc.rieb.	15950	190,00	5,32	4,75	8,93	99,75
Iš viso maitinimui:			8,73	6,96	50,56	299,80

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis)	37842	150,00	1,67	0,16	13,84	63,47
Grietinė 30 proc.rieb.	20575	5,00	0,12	1,50	0,16	14,60
Balandėliai su kiaulienos mente (tausojantis)	27988	105/70	13,09	15,29	11,11	234,46
Grietinės 30 proc.rieb., sviesto 82 proc.rieb. ir pomidorų padažas	4190	30,00	0,67	4,64	2,12	52,90
Virtos bulvės (tausojantis)	5373	100,00	2,00	0,10	19,70	87,70
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos)	20218	130,00	1,24	0,19	11,30	51,87
Vanduo	913	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			18,79	21,88	58,22	505,00

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Avižinių miltų blynėliai su obuoliais	16004	110/50	7,16	13,81	46,16	337,57
Žalia arbata be cukraus	6313	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			7,16	13,81	46,16	337,57
Iš viso dienos davinio:			34,68	42,65	154,94	1142,37

3 savaitė
Pirmadienis

Direktorė
Dalia Mazaliauskienė



Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ryžių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	7476	197/3	2,73	3,08	26,53	144,76
Duona su sviestu 82 proc. rieb. ir fermentiniu sūriu 45 proc. rieb.	15534	20/5/25	7,37	10,42	9,40	160,88
Vaisiai pagal sezoną/apelsinai	655	100,00	0,90	0,10	11,70	51,30
Žalia arbata be cukraus	6313	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			11,00	13,60	47,63	356,94

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Raugintų kopūstų sriuba su jautienos kumpiu (tausojantis)	59518	140/10	2,51	0,33	7,55	43,18
Grietinė 30 proc. rieb.	4135	5,00	0,13	1,50	0,14	14,56
Ruginė duona	22421	30,00	1,76	0,03	13,21	60,18
Bulvių plokštainis (tausojantis)	27989	200,00	5,71	4,24	45,12	241,45
Grietinė 15 proc. rieb.	4162	25,00	0,73	3,75	0,73	39,55
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos)	20218	130,00	1,24	0,19	11,30	51,87
Vanduo su citrina	6314	200,00	0,05	0,01	0,43	2,01
Iš viso maitinimui:			12,11	10,05	78,47	452,80

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Omletas (tausojantis)	1036	75,00	6,57	7,30	1,83	99,24
Duona su sviestu 82 proc. rieb. ir pomidoru	2918	35/5/25	2,41	4,55	17,45	120,39
Konservuoti žalieji žirneliai	57599	30,00	1,32	0,09	3,75	21,09
Kefyras 2,5 proc. rieb	6619	150,00	4,80	3,75	6,00	76,95
Iš viso maitinimui:			15,10	15,69	29,03	317,67
Iš viso dienos davinio:			38,21	39,34	155,13	1127,41



3 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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)	28708	196/4	4,63	5,15	22,50	154,81
Duona su sviestu 82 proc. rieb. ir fermentiniu sūriu 45 proc. rieb.	15534	20/5/25	7,37	10,42	9,40	160,88
Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai	8234	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Juoda arbata su citrina be cukraus	6324	200,00	0,06	0,02	0,54	2,54
Iš viso maitinimui:			12,46	15,58	42,33	359,43

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trinta brokolių su šparaginėmis pupelėmis sriuba (tausojantis) (augalinis)	54817	150,00	2,58	2,05	12,71	79,65
Skrebučiai su prieskoninėmis žolelėmis	6056	20,00	2,32	2,04	14,09	83,95
Kalakutienos šlaunelių mėsos troškiny su daržovėmis (tausojantis)	5580	80/40	15,53	10,78	3,06	171,46
Virtos perlinės kruopos (tausojantis)	6928	80,00	3,22	0,42	25,55	118,86
Pekino kopūstų, agurkų ir pomidorų salotos su natūraliu jogurtu 3,8 proc. rieb.	65466	110,00	1,48	0,55	4,44	28,60
Vanduo	913	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			25,13	15,84	59,86	482,52

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo miltų blynėliai	16005	100,00	4,60	15,24	46,39	341,13
Pienas 2,5 proc. rieb.	6370	100,00	2,80	2,50	4,70	52,50
Iš viso maitinimui:			7,40	17,74	51,09	393,63
Iš viso dienos davinio:			44,99	49,16	153,28	1235,58



3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu 82 proc. ired. ir cinamonu (tausojantis)	28706	193/6/1	6,13	6,93	32,50	216,90
Vaisiai pagal sezoną/Bananai	10609	100,00	1,00	0,40	23,40	101,20
Žalia arbata be cukraus	6313	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			7,13	7,33	55,90	318,10

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trinta žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	54817	150,00	1,93	1,94	11,86	72,63
Naminiai koldūnai su kiaulienos mente (tausojantis)	27990	60/70	12,88	21,18	35,83	385,44
Grietinė 15 proc.rieb.	4162	25,00	0,73	3,75	0,73	39,55
Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos, agurkai)	5703	100,00	0,97	0,11	9,14	41,39
Vanduo su citrina	6314	200,00	0,05	0,01	0,43	2,01
Iš viso maitinimui:			16,55	26,99	57,99	541,02

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Varškės 9 proc.rieb. apkepas (tausojantis)	17526	150,00	17,50	11,23	23,63	265,61
Trintos šaldytos braškės	4154	40,00	0,28	0,16	3,16	15,18
Kukurūzų traputis	2353	10,00	0,92	0,55	7,25	37,63
Vaistažolių arbata be cukraus	6315	200,00	0,00	0,00	0,00	0,02
Iš viso maitinimui:			18,70	11,94	34,04	318,44
Iš viso dienos davinio:			42,38	46,26	147,93	1177,56



3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trijų grūdų (avižinių, kvietinių, miežinių) košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	8191	198/2	3,51	2,45	21,21	120,93
Vaisiai pagal sezoną/Bananai	10609	100,00	1,00	0,40	23,40	101,20
Pienas 2,5 proc.rieb.	15038	150,00	4,20	3,75	7,05	78,75
Iš viso maitinimui:			8,71	6,60	51,66	300,88

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Žirnelių, kopūstų ir morkų sriuba (tausojantis)	37853	150,00	2,30	0,16	14,27	67,68
Grietinė 30 proc.rieb.	20575	5,00	0,12	1,50	0,16	14,60
Jūros lydeka ir lašišos file sufle (tausojantis)	3198	55/50/ 20	18,69	11,63	8,74	214,36
Grietinės 30 proc.rieb. sviesto 82 proc.rieb. ir pomidorų padažas	4190	30,00	0,67	4,64	2,12	52,90
Bulvių košė (tausojantis)	20264	100,00	2,11	2,22	16,13	92,89
Burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi	65324	110,00	1,71	2,13	10,17	66,69
Vanduo su citrina	7286	200,00	0,01	0,00	0,11	0,50
Iš viso maitinimui:			25,62	22,27	51,68	509,63

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Karšti sumuštiniai su fermentiniu 45 proc.rieb. sūriu, a.r. virta dešra, pomidorų padažu ir agurkėliais	2940	50/30/ 25/5/1 0	14,02	13,76	27,75	290,92
Šviežių daržovių rinkinukas (kaliaropės, paprikos)	15367	40,00	0,52	0,06	2,58	12,94
Kefyras 2,5 proc.rieb	23812	100,00	3,20	2,50	4,80	54,50
Iš viso maitinimui:			17,74	16,32	35,13	358,36
Iš viso dienos davinio:			52,07	45,19	138,47	1168,87



3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 09:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Avižinių dribsnių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	28707	198/2	4,14	3,83	19,65	129,63
Duona su sviestu 82 proc. rieb. ir smulkintomis saulėgrąžomis	14000	35/7/8	3,97	9,60	17,61	172,72
Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai	8234	100,00	0,40	0,00	9,90	41,20
Žalia arbata be cukraus	6313	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			8,51	13,43	47,16	343,55

Pietūs 12:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Vištienos broilerių mėsos sultinys su makaronais (tausojantis)	59519	140/10	4,21	1,08	17,28	95,71
Ruginė duona	22422	15,00	0,88	0,02	6,61	30,09
Troškinti vištienos broilerių mėsos ir viščiukų ketvirčių kukuliai (tausojantis)	33532	45/35	22,95	10,14	4,17	199,72
Ryžiai (tausojantis)	5365	80,00	2,87	0,14	26,39	118,30
Morkų, kopūstų ir obuolių salotos su citrina	65325	100,00	1,03	0,06	8,78	39,75
Šviežias agurkas	5724	25,00	0,18	0,00	0,70	3,50
Vanduo	913	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iš viso maitinimui:			32,12	11,43	63,92	487,07

Vakarienė 16:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virti varškėčiai 9 proc. rieb. (tausojantis)	3704	115,00	16,69	8,26	23,47	235,00
Pieno 2,5 proc. rieb. ir sviesto 82 proc. rieb. padažas	20577	25,00	0,59	3,00	2,37	38,83
Pienas 2,5 proc. rieb.	6331	80,00	2,24	2,00	3,76	42,00
Iš viso maitinimui:			19,52	13,26	29,61	315,83
Iš viso dienos davinio:			60,15	38,12	140,69	1146,45