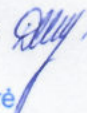


Patvirtino: 

Direktorė

Dalia Mazaliauskienė

2024-02-06



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

**15 DIENŲ VALGIARAŠTIS**

(nurodyti dienų skaičių)

**6-7 metų priešmokyklinukų**

(nurodyti vaikų amžiaus grupę)

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

1 savaitė  
Pirmadienis

| Pusryčiai 09:00 val.                                                              |         |         |                                     |          |                 |                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                             | Rp. Nr. | Išėiga  | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                   |         |         | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu 82 proc. rieb. ir cinamonu (tausojantis) | 28706   | 193/6/1 | 6,13                                | 6,93     | 32,50           | 216,90                |
| Vaisiai pagal sezoną/bananai                                                      | 66031   | 150     | 1,50                                | 0,60     | 35,10           | 151,80                |
| Žalia arbata be cukraus                                                           | 6313    | 200     | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,00                  |
| Iš viso maitinimui:                                                               |         |         | 7,63                                | 7,53     | 67,60           | 368,70                |

| Pietūs 12:30 val.                                              |         |        |                                     |          |                 |                       |
|----------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                          | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Trinta brokolių sriuba (tausojantis) (augalinis)               | 71249   | 150    | 3,35                                | 2,13     | 13,9            | 88,23                 |
| Ilgagrūdžių ryžių plovas su kiaulienos sprandine (tausojantis) | 33770   | 50/75  | 12,32                               | 15,87    | 40,59           | 354,46                |
| Šviežių daržovių rinkinukas (kaliaropės, paprikos, agurkai)    | 40925   | 85     | 1,01                                | 0,10     | 4,74            | 23,84                 |
| Vyšniniai pomidorai                                            | 77293   | 40     | 0,30                                | 0,12     | 1,74            | 9,24                  |
| vanduo su apelsinu                                             | 26747   | 200    | 0,14                                | 0,02     | 1,76            | 7,70                  |
| Iš viso maitinimui:                                            |         |        | 17,12                               | 18,24    | 62,73           | 483,47                |

| Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis |         |        |                                     |          |                 |                       |
|---------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                             | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                   |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Sezoniniai vaisiai (melionas, kriaušė)            | 13234   | 165    | 0,57                                | 0,36     | 18,17           | 78,18                 |
| Sūrio lazdelė 40 proc. rieb.                      | 6507    | 25     | 6,68                                | 5,2      | 0,1             | 73,9                  |
| Iš viso maitinimui:                               |         |        | 7,25                                | 5,56     | 18,27           | 152,08                |

| Vakarienė 16:00 val.              |         |        |                                     |          |                 |                       |
|-----------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas             | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                   |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Lietiniai su varške 9 proc. rieb. | 17525   | 100/40 | 10,37                               | 16,47    | 38,15           | 342,37                |
| Šaldytos šilauogės                | 20574   | 40     | 0,44                                | 0,24     | 4,04            | 20,06                 |
| Vaistažolių arbata be cukraus     | 6315    | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,02                  |
| Iš viso maitinimui:               |         |        | 10,82                               | 16,71    | 42,19           | 362,45                |
| Iš viso dienai:                   |         |        | 42,82                               | 48,04    | 190,79          | 1366,70               |

1 savaitė

Antradienis

| Pusryčiai 09:00 val.                                                                             |         |         |                                     |          |                 |                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                                            | Rp. Nr. | Išėiga  | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                                  |         |         | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pieniška trijų (avižinių, kvietinių, miežinių) grūdų košė su sviestu 82 proc. rieb.(tausojantis) | 7462    | 196/4   | 4,51                                | 4,79     | 22,89           | 152,65                |
| Duona su sviestu 82 proc. rieb. ir fermentiniu sūriu 45 proc. rieb.                              | 2926    | 20/5/25 | 7,42                                | 10,60    | 9,71            | 163,92                |
| Vaisiai pagal sezoną/Mandarinai                                                                  | 12424   | 100     | 0,60                                | 0,10     | 11,10           | 47,70                 |
| Juoda arbata be cukraus                                                                          | 6316    | 200     | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,03                  |
| Iš viso maitinimui:                                                                              |         |         | 12,53                               | 15,49    | 43,70           | 364,30                |

| Pietūs 12:30 val.                                                                                                   |         |          |                                     |          |                 |                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                                                               | Rp. Nr. | Išėiga   | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                                                     |         |          | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)                                                             | 59520   | 150      | 4,51                                | 0,26     | 13,75           | 75,38                 |
| Ruginė duona                                                                                                        | 25444   | 45       | 2,64                                | 0,05     | 19,82           | 90,27                 |
| Vištienos šlaunelių ir vištienos krūtinėlės filė troškiny su daržovėmis (cukinija, morkos, žirneliai) (tausojantis) | 40290   | 50/50/40 | 22,8                                | 7,87     | 4,24            | 178,96                |
| Garuose kepti baklažanai (tausojantis) (augalinis)                                                                  | 21969   | 100      | 1,01                                | 2,23     | 8,48            | 58,06                 |
| Šviežių daržovių rinkinukas (pomidorai, agurkai)                                                                    | 72071   | 120      | 1,02                                | 0,24     | 5,16            | 26,88                 |
| Vanduo su citrina                                                                                                   | 7320    | 200      | 0,05                                | 0,01     | 0,43            | 2,01                  |
| Iš viso maitinimui:                                                                                                 |         |          | 32,03                               | 10,66    | 51,88           | 431,56                |

## Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|-----------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
|                       |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Sausainis             | 19823   | 33     | 2,48                                | 5,12     | 22,44           | 145,7                 |
| Iš viso maitinimui:   |         |        | 2,48                                | 5,12     | 22,44           | 145,70                |

## Vakarienė 16:00 val.

| Patiekalo pavadinimas              | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
|                                    |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Viso grūdo makaronai (tausojantis) | 3825    | 90     | 5,55                                | 0,90     | 28,80           | 145,50                |
| Šviežių pomidorų padažas           | 18445   | 40     | 0,61                                | 3,58     | 3,44            | 48,41                 |
| Kefyras 2,5 proc. rieb             | 7271    | 100    | 3,20                                | 2,50     | 4,00            | 51,30                 |
| Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai      | 8234    | 100    | 0,40                                | 0,00     | 9,90            | 41,20                 |
| Iš viso maitinimui:                |         |        | 9,76                                | 6,98     | 46,14           | 286,41                |
| Iš viso dienai:                    |         |        | 56,80                               | 38,25    | 164,16          | 1227,97               |

1 savaitė  
Trečiadienis

Patvirtino:   
Direktore  
Dalia Maslauskienė

| Pusryčiai 09:00 val.                                                                |         |        |                                     |          |                 |                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                               | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                     |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Virtas kiaušinis (tausojantis)                                                      | 4535    | 60     | 7,62                                | 6,54     | 0,54            | 91,50                 |
| Konservuoti žalieji žirneliai                                                       | 57599   | 30     | 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    | 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. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                     |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Žirnių ir salierų sriuba (tausojantis) (augalinis)                                  | 59521   | 150    | 6,20                                | 0,44     | 21,04           | 112,95                |
| Grietinė 30 proc.rieb.                                                              | 4950    | 5      | 0,13                                | 1,50     | 0,14            | 14,56                 |
| Orkaitėje kepti vištienos kumpeliai (tausojantis)                                   | 40686   | 110    | 19,81                               | 9,38     | 0,65            | 166,24                |
| Grikių (tausojantis)                                                                | 6595    | 80     | 4,80                                | 1,18     | 26,40           | 135,41                |
| Morkų, moliūgų ir obuolių salotos su natūraliu jogurtu 3,8 proc.rieb. ir žalumynais | 65448   | 100    | 1,43                                | 0,65     | 9,04            | 47,76                 |
| Konservuotos alyvuogės be kauliuko                                                  | 15762   | 40     | 0,48                                | 6,04     | 0,04            | 56,44                 |
| Vanduo su citrina                                                                   | 7320    | 200    | 0,05                                | 0,01     | 0,43            | 2,01                  |
| Iš viso maitinimui:                                                                 |         |        | 32,9                                | 19,2     | 57,74           | 535,37                |
| Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis                                   |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                                               | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                     |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Grūdėta varškė iki 9 proc.rieb.                                                     | 20387   | 100    | 12,00                               | 7,00     | 2,70            | 121,80                |
| Sezoniniai vaisiai/melionai                                                         | 9220    | 100    | 0,40                                | 0        | 6,1             | 26                    |
| Iš viso maitinimui:                                                                 |         |        | 12,40                               | 7,00     | 8,80            | 147,80                |
| Vakarienė 16:00 val.                                                                |         |        |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                                               | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                     |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Garuose virtos/keptos bulvės (augalinis) (tausojantis)                              | 23673   | 145    | 2,76                                | 6,13     | 27,19           | 175,00                |
| Šviežių daržovių rinkinukas (kaliaropės, paprikos)                                  | 70704   | 60     | 0,78                                | 0,09     | 3,87            | 19,41                 |
| Kefyras 2,5 proc.rieb                                                               | 23812   | 100    | 3,20                                | 2,50     | 4,80            | 54,50                 |
| Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai                                                       | 8234    | 100    | 0,40                                | 0,00     | 9,90            | 41,20                 |
| Iš viso maitinimui:                                                                 |         |        | 7,14                                | 8,72     | 45,76           | 290,11                |
| Iš viso dienai:                                                                     |         |        | 65,55                               | 51,35    | 134,39          | 1261,92               |

1 savaitė  
ketvirtadienis

Patvirtino:   
Direktore  
Dalia Mazaliauskienė

| Pusryčiai 09:00 val.                              |         |        |                                     |          |                 |                       |
|---------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                             | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                   |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Sorų košė su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis) | 26427   | 147/3  | 4,82                                | 3,62     | 27,74           | 162,82                |
| Pienas 2,5 proc. rieb.                            | 6326    | 190    | 5,32                                | 4,75     | 8,93            | 99,75                 |
| Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai                     | 8234    | 100    | 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. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                 |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Trinta moliūgų sriuba (tausojantis) (augalinis) | 71094   | 150    | 1,42                                | 1,03     | 10,95           | 58,73                 |
| Kepta su garais lašišos file (tausojantis)      | 22590   | 80     | 15,27                               | 17,91    | 0,42            | 223,96                |
| Bulvių košė (tausojantis)                       | 6596    | 100    | 2,11                                | 2,22     | 16,13           | 92,89                 |
| Burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi         | 14917   | 110    | 1,71                                | 2,13     | 10,17           | 66,69                 |
| Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, paprikos) | 14918   | 40     | 0,32                                | 0,04     | 1,90            | 9,24                  |
| Vyšniniai pomidorai                             | 40934   | 30     | 0,30                                | 0,12     | 1,74            | 9,24                  |
| vanduo su apelsinu                              | 26747   | 200    | 0,14                                | 0,02     | 1,76            | 7,70                  |
| Iš viso maitinimui:                             |         |        | 21,27                               | 23,47    | 43,07           | 468,45                |

| Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis |         |        |                                     |          |                 |                       |
|---------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                             | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                   |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Sezoniniai vaisiai/bananai                        | 67332   | 150    | 1,5                                 | 0,6      | 35,1            | 151,8                 |
| Iš viso maitinimui:                               |         |        | 1,50                                | 0,60     | 35,10           | 151,80                |

| Vakarienė 16:00 val.          |         |        |                                     |          |                 |                       |
|-------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas         | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                               |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Mieliniai blynai              | 16002   | 120    | 2,95                                | 16,11    | 51,85           | 364,20                |
| Vaistažolių arbata be cukraus | 6315    | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,02                  |
| Iš viso maitinimui:           |         |        | 2,95                                | 16,11    | 51,85           | 364,21                |
| Iš viso dienai:               |         |        | 36,26                               | 48,55    | 176,59          | 1288,23               |

Asavaitė  
Penktadienis

Patvirtino:  
Direktorė

Dalia Mazanavičiūtė

Pusryčiai 09:00 val.

| Patiekalo pavadinimas                                                  | Rp. Nr. | Išėiga  | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|------------------------------------------------------------------------|---------|---------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
|                                                                        |         |         | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| 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                |
| Kmylių arbata be cukraus                                               | 6327    | 200     | 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. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|--------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
|                                                                          |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Raugintų kopūstų sriuba su jautienos sprandine (tausojantis)             | 71102   | 130/20 | 4,34                                | 2,07     | 8,10            | 68,38                 |
| Grietinė 30 proc. rieb.                                                  | 20597   | 5      | 0,12                                | 1,50     | 0,16            | 14,60                 |
| Tarkuotų bulvių cepelinai su kiaulienos sprandine ir jautienos sprandine | 33771   | 60/60  | 14,39                               | 10,23    | 47,13           | 338,16                |
| Grietinė 15 proc. rieb.                                                  | 4953    | 25     | 0,73                                | 3,75     | 0,73            | 39,55                 |
| Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, paprikos)                          | 25407   | 100    | 0,75                                | 0,05     | 3,78            | 18,55                 |
| vanduo su apelsinu                                                       | 26747   | 200    | 0,14                                | 0,02     | 1,76            | 7,70                  |
| Iš viso maitinimui:                                                      |         |        | 20,47                               | 17,62    | 61,66           | 486,94                |

Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis

| Patiekalo pavadinimas                   | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|-----------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
|                                         |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Desertinis jogurtas iki 3,8 proc. rieb. | 19930   | 125    | 3,63                                | 3,13     | 11,38           | 88,13                 |
| Liofilizuotos uogos                     | 19931   | 22     | 1,67                                | 0,81     | 11,13           | 58,54                 |
| Iš viso maitinimui:                     |         |        | 5,30                                | 3,94     | 22,51           | 146,67                |

Vakarienė 16:00 val.

| Patiekalo pavadinimas                                              | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|--------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
|                                                                    |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pieniška leistinukų sriuba su sviestu 82 proc. rieb. (tausojantis) | 12616   | 147/3  | 7,16                                | 6,36     | 27,22           | 194,79                |
| Sūrio lazdelė 40 proc. rieb.                                       | 16917   | 20     | 5,34                                | 4,16     | 0,08            | 59,12                 |
| Vaisiai pagal sezoną/ Bananai                                      | 8213    | 100    | 1,00                                | 0,40     | 23,40           | 101,20                |
| Žalia arbata be cukraus                                            | 6313    | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,00                  |
| Iš viso maitinimui:                                                |         |        | 13,50                               | 10,92    | 50,70           | 355,11                |
| Iš viso dienai:                                                    |         |        | 49,90                               | 43,26    | 172,24          | 1277,73               |

2 savaitė

Pirmadienis

Patvirtino:

Direktorė

Dalia Mazaliauskienė

| Pusryčiai 09:00 val.                                                                                              |         |         |                                     |          |                 |                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                                                             | Rp. Nr. | Išėiga  | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                                                   |         |         | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| 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    | 30/30/5 | 5,16                                | 10,70    | 14,62           | 175,40                |
| Juoda arbata su citrina be cukraus                                                                                | 6324    | 200     | 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. | Išėiga  | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                                                   |         |         | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Žirnelių, kopūstų ir morkų sriuba (tausojantis) (augalinis)                                                       | 59573   | 150     | 2,09                                | 1,96     | 8,92            | 61,64                 |
| Ruginė duona                                                                                                      | 7019    | 30      | 1,83                                | 0,30     | 13,68           | 64,74                 |
| Orkaitėje keptas natūralios tilapijos filė kepsnelis (tausojantis)                                                | 21152   | 80      | 18,21                               | 7,06     | 3,15            | 148,98                |
| Grietinės 10-15 proc. rieb., sviesto 82 proc. rieb. ir pomidorų padažas                                           | 4952    | 30      | 0,67                                | 4,64     | 2,12            | 52,90                 |
| Bulvių košė (tausojantis)                                                                                         | 20280   | 100     | 2,11                                | 2,22     | 16,13           | 92,89                 |
| Burokėlių salotos su alyvuogių aliejumi                                                                           | 65444   | 110     | 1,71                                | 2,13     | 10,17           | 66,69                 |
| Šviežių daržovių rinkinukas (agurkai, vyšniniai pomidorai)                                                        | 77707   | 70      | 0,58                                | 0,12     | 2,86            | 14,84                 |
| Vanduo                                                                                                            | 23257   | 200     | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,00                  |
| Iš viso maitinimui:                                                                                               |         |         | 27,20                               | 18,43    | 57,03           | 502,68                |
| Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis                                                                 |         |         |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                                                                             | Rp. Nr. | Išėiga  | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                                                   |         |         | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Sezoniniai vaisiai/bananai                                                                                        | 67332   | 150     | 1,50                                | 0,60     | 35,10           | 151,80                |
| Iš viso maitinimui:                                                                                               |         |         | 1,50                                | 0,60     | 35,10           | 151,80                |
| Vakarienė 16:00 val.                                                                                              |         |         |                                     |          |                 |                       |
| Patiekalo pavadinimas                                                                                             | Rp. Nr. | Išėiga  | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                                                   |         |         | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Varškės 9 proc. rieb. apkepas (tausojantis)                                                                       | 17526   | 150     | 17,50                               | 11,23    | 23,63           | 265,61                |
| Trintos šaldytos avietės                                                                                          | 20576   | 40      | 0,48                                | 0,24     | 6,12            | 28,54                 |
| Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai                                                                                     | 8234    | 100     | 0,40                                | 0,00     | 9,90            | 41,20                 |
| Vaistažolių arbata be cukraus                                                                                     | 6315    | 200     | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,02                  |
| Iš viso maitinimui:                                                                                               |         |         | 18,38                               | 11,47    | 39,65           | 335,37                |
| Iš viso dienai:                                                                                                   |         |         | 56,93                               | 46,36    | 169,43          | 1322,60               |

2 savaitė

Antradienis

Patvirtino:

Direktorė

Dalia Mazaliauskienė

## Pusryčiai 09:00 val.

| Patiekalo pavadinimas                                                  | Rp. Nr. | Išėiga  | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|------------------------------------------------------------------------|---------|---------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
|                                                                        |         |         | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Avižinių dribsnių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis) | 7471    | 198/2   | 5,22                                | 4,13     | 22,47           | 147,91                |
| 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     | 0,40                                | 0,00     | 9,90            | 41,20                 |
| Žalia arbata be cukraus                                                | 6313    | 200     | 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. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
|                                                                                   |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pomidorinė sriuba su vištienos broilerio mėsa (tausojantis)                       | 59575   | 141/9  | 4,31                                | 2,43     | 10,87           | 82,58                 |
| Ruginė duona                                                                      | 22441   | 15     | 0,88                                | 0,02     | 6,61            | 30,09                 |
| Jautienos sprandinės befstrogenas su morkomis (tausojantis)                       | 33862   | 80/50  | 14,6                                | 14,71    | 7,42            | 220,46                |
| Virtos perlinės kruopos (tausojantis)                                             | 20281   | 80     | 3,96                                | 0,53     | 25,45           | 122,33                |
| Šviežių kopūstų, marinuotų agurkų, avokado ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi | 77708   | 110    | 1,31                                | 6,68     | 7,28            | 94,43                 |
| Vanduo                                                                            | 23257   | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,00                  |
| Iš viso maitinimui:                                                               |         |        | 25,06                               | 24,37    | 57,63           | 549,89                |

## Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis

| Patiekalo pavadinimas        | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
|                              |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Sezoniniai vaisiai/kriaušės  | 11377   | 135    | 0,41                                | 0,54     | 20,39           | 88,02                 |
| Sūrio lazdelė 40 proc. rieb. | 7979    | 20     | 5,34                                | 4,16     | 0,08            | 59,12                 |
| Iš viso maitinimui:          |         |        | 5,75                                | 4,70     | 20,47           | 147,14                |

## Vakarienė 16:00 val.

| Patiekalo pavadinimas                   | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|-----------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
|                                         |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Obuolių blynėliai su viso grūdo miltais | 10826   | 36/94  | 7,75                                | 11,40    | 46,02           | 317,66                |
| Pienas 2,5 proc. rieb.                  | 6370    | 100    | 2,80                                | 2,50     | 4,70            | 52,50                 |
| Iš viso maitinimui:                     |         |        | 10,55                               | 13,90    | 50,72           | 370,16                |
| Iš viso dienai:                         |         |        | 54,35                               | 57,52    | 170,59          | 1417,18               |

2 savaitė  
 Trečiadienis

| Pusryčiai 09:00 val.                                        |         |        |                                     |          |                 |                       |
|-------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                       | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                             |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Grikių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis) | 28709   | 195/5  | 5,28                                | 5,71     | 28,26           | 185,55                |
| Vaisiai pagal sezoną/bananai                                | 66031   | 150    | 1,50                                | 0,60     | 35,10           | 151,80                |
| Kmynų arbata be cukraus                                     | 6327    | 200    | 0,04                                | 0,03     | 0,10            | 0,82                  |
| Iš viso maitinimui:                                         |         |        | 6,82                                | 6,34     | 63,46           | 338,17                |

| Pietūs 12:30 val.                                                                                                   |         |          |                                     |          |                 |                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                                                               | Rp. Nr. | Išėiga   | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                                                     |         |          | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Trinta salierų ir žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)                                                 | 71100   | 150      | 2,47                                | 1,99     | 12,87           | 79,27                 |
| Ruginė duona                                                                                                        | 25444   | 45       | 2,64                                | 0,05     | 19,82           | 90,27                 |
| Vistienos šlaunelių ir vistienos krūtinėlės filė troškiny su daržovėmis (cukinija, morkos, žirneliai) (tausojantis) | 40290   | 50/50/40 | 22,8                                | 7,87     | 4,24            | 178,96                |
| Troškintos šparaginės pupelės (tausojantis)                                                                         | 15791   | 90       | 1,92                                | 4,28     | 3,01            | 58,22                 |
| Šviežių daržovių rinkinukas (morkos, paprikos, kalmaropės)                                                          | 77710   | 100      | 1,19                                | 0,07     | 6,44            | 31,15                 |
| Vanduo su citrina                                                                                                   | 7320    | 200      | 0,05                                | 0,01     | 0,43            | 2,01                  |
| Iš viso maitinimui:                                                                                                 |         |          | 25,44                               | 7,92     | 24,06           | 269,23                |

| Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis |         |        |                                     |          |                 |                       |
|---------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                             | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                   |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Sezoniniai vaisiai (vynuogės, bananai)            | 13233   | 165    | 1,36                                | 0,46     | 33,44           | 143,39                |
| Iš viso maitinimui:                               |         |        | 1,36                                | 0,46     | 33,44           | 143,39                |

| Vakarienė 16:00 val.                                                   |         |        |                                     |          |                 |                       |
|------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                        |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| 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    | 5,60                                | 5,00     | 9,40            | 105,00                |
| Iš viso maitinimui:                                                    |         |        | 15,98                               | 11,78    | 40,01           | 330,00                |
| Iš viso dienai:                                                        |         |        | 58,04                               | 37,37    | 162,71          | 1219,30               |

2 savaitė

Ketvirtadienis

| Pusryčiai 09:00 val.                                    |         |         |                                     |          |                 |                       |
|---------------------------------------------------------|---------|---------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                   | Rp. Nr. | Išėiga  | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                         |         |         | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Miežinių kruopų košė cinamonu (tausojantis) (augalinis) | 26404   | 199/1   | 4,16                                | 2,37     | 29,20           | 154,76                |
| Duona su sviestu 82 proc. riebi ir kiaušiniu            | 15535   | 35/5/35 | 6,52                                | 7,95     | 15,77           | 160,74                |
| Juoda arbata be cukraus                                 | 6316    | 200     | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,03                  |
| Iš viso maitinimui:                                     |         |         | 10,68                               | 10,33    | 44,97           | 315,53                |

| Pietūs 12:30 val.                                                                                      |         |        |                                     |          |                 |                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                                                  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                                        |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis) (augalinis)                                                | 59520   | 150    | 4,51                                | 0,26     | 13,75           | 75,38                 |
| Grietinė 30 proc. riebi.                                                                               | 4950    | 5      | 0,13                                | 1,5      | 0,14            | 14,56                 |
| Ruginė duona                                                                                           | 22725   | 30     | 1,76                                | 0,03     | 13,21           | 60,18                 |
| Troškinta kalakutienos šlaunelių mėsa (tausojantis)                                                    | 40647   | 80/40  | 15,53                               | 10,78    | 3,06            | 171,46                |
| Virti avinžirniai (tausojantis)                                                                        | 23224   | 80     | 4,68                                | 3,19     | 25,2            | 150,47                |
| Aisbergo salotų, agurkų, pomidorų salotos su natūraliu jogurtu 3,8 proc. riebi., avokadu ir žalumynais | 77711   | 120    | 1,68                                | 4,47     | 5,23            | 67,89                 |
| vanduo su apelsinu                                                                                     | 26747   | 200    | 0,14                                | 0,02     | 1,76            | 7,7                   |
| Iš viso maitinimui:                                                                                    |         |        | 28,43                               | 20,25    | 62,35           | 547,64                |

## Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis

| Patiekalo pavadinimas | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|-----------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
|                       |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Sausainis             | 19823   | 33     | 2,48                                | 5,12     | 22,44           | 145,7                 |
| Iš viso maitinimui:   |         |        | 2,48                                | 5,12     | 22,44           | 145,70                |

## Vakarienė 16:00 val.

| Patiekalo pavadinimas                         | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|-----------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
|                                               |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pieniška perlinių kruopų sriuba (tausojantis) | 59516   | 150    | 5,65                                | 7,40     | 25,20           | 189,96                |
| Sūrio lazdelė 40 proc. riebi.                 | 6055    | 20     | 5,34                                | 4,16     | 0,08            | 59,12                 |
| Vaisiai pagal sezoną/ Bananai                 | 8213    | 100    | 1,00                                | 0,40     | 23,40           | 101,20                |
| Juoda arbata be cukraus                       | 6316    | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,03                  |
| Iš viso maitinimui:                           |         |        | 11,99                               | 11,96    | 48,68           | 350,31                |
| Iš viso dienai:                               |         |        | 53,58                               | 47,66    | 179,00          | 1359,18               |

2 savaitė

Penktadienis

| Pusryčiai 09:00 val.                                |         |        |                                     |          |                 |                       |
|-----------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                               | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                     |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Kukurūzų košė su cinamonu (augalinis) (tausojantis) | 1517    | 199/1  | 3,01                                | 2,21     | 31,73           | 158,85                |
| Vaisiai pagal sezoną/Obuoliai                       | 8234    | 100    | 0,40                                | 0,00     | 9,90            | 41,20                 |
| Pienas 2,5 proc.rieb.                               | 6326    | 190    | 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. | Išėiga  | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                                                             |         |         | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis ir vištienos broilerio mėsa (tausojantis)                                           | 71300   | 140/10  | 5,14                                | 1,66     | 13,89           | 91,05                 |
| Grietinė 30 proc.rieb.                                                                                                      | 20597   | 5       | 0,12                                | 1,50     | 0,16            | 14,60                 |
| Kiaulienos sprandinės ir jautienos sprandinės maltinukai su kopūstais ir ilagagrūdžiais ryžiais (tausojantis) (tausojantis) | 33863   | 80/72/8 | 15,39                               | 11,99    | 11,54           | 215,68                |
| Grietinės 10-15 proc.rieb., sviesto 82 proc.rieb. ir pomidorų padažas                                                       | 4952    | 30      | 0,67                                | 4,64     | 2,12            | 52,90                 |
| Virtos bulvės (tausojantis)                                                                                                 | 6594    | 100     | 2,00                                | 0,10     | 19,70           | 87,70                 |
| Šviežių daržovių rinkinukas (kaliaropės, paprikos)                                                                          | 62865   | 110     | 1,60                                | 0,16     | 7,28            | 36,92                 |
| Vanduo                                                                                                                      | 23257   | 200     | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,00                  |
| Iš viso maitinimui:                                                                                                         |         |         | 24,92                               | 20,05    | 54,69           | 498,85                |

## Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis

| Patiekalo pavadinimas          | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|--------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
|                                |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Sūrio lazdelė 40 proc.rieb.    | 7751    | 35     | 9,35                                | 7,28     | 0,14            | 103,46                |
| Vaisiai pagal sezoną/apelsinai | 9953    | 100    | 0,90                                | 0,1      | 11,7            | 51,3                  |
| Iš viso maitinimui:            |         |        | 10,25                               | 7,38     | 11,84           | 154,76                |

## Vakarienė 16:00 val.

| Patiekalo pavadinimas                 | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|---------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
|                                       |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Avižinių miltų blynėliai su obuoliais | 16004   | 50/110 | 7,16                                | 13,81    | 46,16           | 337,57                |
| Žalia arbata be cukraus               | 6313    | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,00                  |
| Iš viso maitinimui:                   |         |        | 7,16                                | 13,81    | 46,16           | 337,57                |
| Iš viso dienai:                       |         |        | 51,06                               | 48,20    | 163,25          | 1290,98               |

3 savaitė

Pirmadienis

| Pusryčiai 09:00 val.                                                   |         |         |                                     |          |                 |                       |
|------------------------------------------------------------------------|---------|---------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                  | Rp. Nr. | Išėiga  | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                        |         |         | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Ilgagrūdžių 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                                         | 8233    | 100     | 0,90                                | 0,10     | 11,70           | 51,30                 |
| Žalia arbata be cukraus                                                | 6313    | 200     | 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 |          |                 |                       |
|                                                              |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Raugintų kopūstų sriuba su jautienos sprandine (tausojantis) | 71102   | 130/20 | 4,34                                | 2,07     | 8,10            | 68,38                 |
| Grietinė 30 proc. rieb.                                      | 4950    | 5      | 0,13                                | 1,50     | 0,14            | 14,56                 |
| Ruginė duona                                                 | 22423   | 30     | 1,76                                | 0,03     | 13,21           | 60,18                 |
| Bulvių plokštainis su kiaulienos sprandine                   | 33770   | 155/45 | 11,32                               | 14,40    | 26,41           | 280,54                |
| Grietinė 15 proc. rieb.                                      | 4953    | 25     | 0,73                                | 3,75     | 0,73            | 39,55                 |
| Šviežių daržovių rinkinukas (kaliaropės, paprikos) NP        | 62865   | 110    | 1,60                                | 0,16     | 7,28            | 36,92                 |
| Šviežias agurkas                                             | 6779    | 25     | 0,18                                | 0,00     | 0,70            | 3,50                  |
| Vanduo su citrina                                            | 7320    | 200    | 0,05                                | 0,01     | 0,43            | 2,01                  |
| Iš viso maitinimui:                                          |         |        | 20,11                               | 21,92    | 57,00           | 505,64                |

## Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis

| Patiekalo pavadinimas         | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|-------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
|                               |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Vaisiai pagal sezoną/vynuogės | 13232   | 190    | 1,33                                | 0,38     | 34,2            | 145,54                |
| Iš viso maitinimui:           |         |        | 1,33                                | 0,38     | 34,20           | 145,54                |

## Vakarienė 16:00 val.

| Patiekalo pavadinimas                       | Rp. Nr. | Išėiga  | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|---------------------------------------------|---------|---------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
|                                             |         |         | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Omletas (tausojantis)                       | 1036    | 75      | 6,57                                | 7,30     | 1,83            | 99,24                 |
| Konservuoti žalieji žirneliai               | 57599   | 30      | 1,32                                | 0,09     | 3,75            | 21,09                 |
| Duona su sviestu 82 proc. rieb. ir pomidoru | 2918    | 35/5/25 | 2,41                                | 4,55     | 17,45           | 120,39                |
| Kefyras 2,5 proc. rieb.                     | 23468   | 150     | 4,80                                | 3,75     | 6,00            | 76,95                 |
| Iš viso maitinimui:                         |         |         | 15,10                               | 15,69    | 29,03           | 317,67                |
| Iš viso dienai:                             |         |         | 47,54                               | 51,59    | 167,86          | 1325,79               |

3 savaitė  
Antradienis

| Pusryčiai 09:00 val.                                                                                              |         |         |                                     |         |                 |                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|-------------------------------------|---------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                                                             | Rp. Nr. | Išėiga  | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |         |                 |                       |
|                                                                                                                   |         |         | Baltymai                            | Riebala | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| 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     | 0,40                                | 0,00    | 9,90            | 41,20                 |
| Juoda arbata su citrina be cukraus                                                                                | 6324    | 200     | 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. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |         |                 |                       |
|                                                                                                       |         |        | Baltymai                            | Riebala | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Trinta brokolių sriuba (tausojantis) (augalinis)                                                      | 71249   | 150    | 3,35                                | 2,13    | 13,90           | 88,23                 |
| Skrebučiai su prieskoninėmis žolelėmis                                                                | 7021    | 20     | 2,32                                | 2,04    | 14,09           | 83,95                 |
| Kalakutienos šlaunelių kepsneliai                                                                     | 40643   | 100    | 16,79                               | 12,45   | 4,85            | 198,66                |
| Perlinis kuskusas (tausojantis)                                                                       | 23286   | 100    | 1,75                                | 2,82    | 10,58           | 74,71                 |
| Aisbergo salotų, agurkų, pomidorų salotos su natūraliu jogurtu 3,8 proc. rieb., avokadu ir žalumynais | 77711   | 120    | 1,68                                | 4,47    | 5,23            | 67,89                 |
| Vanduo                                                                                                | 23257   | 200    | 0,00                                | 0,00    | 0,00            | 0,00                  |
| Iš viso maitinimui:                                                                                   |         |        | 25,89                               | 23,91   | 48,65           | 513,44                |

| Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis |         |        |                                     |         |                 |                       |
|---------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|---------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                             | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |         |                 |                       |
|                                                   |         |        | Baltymai                            | Riebala | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Sezoniniai vaisiai/bananai                        | 67332   | 150    | 1,5                                 | 0,6     | 35,1            | 151,8                 |
| Iš viso maitinimui:                               |         |        | 1,50                                | 0,60    | 35,10           | 151,80                |

| Vakarienė 16:00 val.       |         |        |                                     |         |                 |                       |
|----------------------------|---------|--------|-------------------------------------|---------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas      | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |         |                 |                       |
|                            |         |        | Baltymai                            | Riebala | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Viso grūdo miltų blynėliai | 16005   | 100    | 4,60                                | 15,24   | 46,39           | 341,13                |
| Pienas 2,5 proc. rieb.     | 6370    | 100    | 2,80                                | 2,50    | 4,70            | 52,50                 |
| Iš viso maitinimui:        |         |        | 7,40                                | 17,74   | 51,09           | 393,63                |
| Iš viso dienai:            |         |        | 47,25                               | 57,83   | 177,17          | 1418,30               |

3 savaitė  
Trečiadienis

| Pusryčiai 09:00 val.                                                              |         |         |                                     |          |                 |                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                             | Rp. Nr. | Išėiga  | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                   |         |         | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu 82 proc. rieb. ir cinamonu (tausojantis) | 28706   | 193/6/1 | 6,13                                | 6,93     | 32,50           | 216,90                |
| Vaisiai pagal sezoną/bananai                                                      | 66031   | 150     | 1,50                                | 0,60     | 35,10           | 151,80                |
| Žalia arbata be cukraus                                                           | 6313    | 200     | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,00                  |
| Iš viso maitinimui:                                                               |         |         | 7,63                                | 7,53     | 67,60           | 368,70                |

| Pietūs 12:30 val.                                                    |         |        |                                     |          |                 |                       |
|----------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                      |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Trinta salierų ir žiedinių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)  | 71100   | 150    | 2,47                                | 1,99     | 12,87           | 79,27                 |
| Naminiai koldūnai su kiaulienos sprandine (tausojantis)              | 33772   | 60/70  | 13,37                               | 21,95    | 35,83           | 394,33                |
| Grietinės iki 15 proc. rieb. - sviesto 82 proc. rieb. padažas        | 23910   | 17/3   | 0,51                                | 4,72     | 0,51            | 46,59                 |
| Šviežių daržovių rinkinukas (vyšniniai pomidorai, paprikos, agurkai) | 41132   | 100    | 0,89                                | 0,24     | 5,08            | 26,04                 |
| Vanduo su citrina                                                    | 7320    | 200    | 0,05                                | 0,01     | 0,43            | 2,01                  |
| Iš viso maitinimui:                                                  |         |        | 17,29                               | 28,91    | 54,72           | 548,24                |

| Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis |         |        |                                     |          |                 |                       |
|---------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                             | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                   |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Banano ir šaldytų uogų glotnutis                  | 26937   | 150    | 1,80                                | 0,79     | 35,53           | 156,46                |
| Iš viso maitinimui:                               |         |        | 1,80                                | 0,79     | 35,53           | 156,46                |

| Vakarienė 16:00 val.                        |         |        |                                     |          |                 |                       |
|---------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                       | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                             |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Varškės 9 proc. rieb. apkepas (tausojantis) | 17526   | 150    | 17,50                               | 11,23    | 23,63           | 265,61                |
| Trintos šaldytos braškės                    | 4154    | 40     | 0,28                                | 0,16     | 3,16            | 15,18                 |
| Kukurūzų traputis                           | 2353    | 10     | 0,92                                | 0,55     | 7,25            | 37,63                 |
| Vaistažolių arbata be cukraus               | 6315    | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,02                  |
| Iš viso maitinimui:                         |         |        | 18,70                               | 11,94    | 34,04           | 318,44                |
| Iš viso dienai:                             |         |        | 45,52                               | 49,17    | 191,89          | 1391,84               |

3 savaitė  
Ketvirtadienis

Patvirtino:  
Direktorė  
Dalia Mazaliauskienė

| Pusryčiai 09:00 val.                                                                             |         |        |                                     |          |                 |                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                                            | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                                  |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Trijų grūdų (avižinių, kvietinių, miežinių) košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis) | 8191    | 198/2  | 3,63                                | 2,47     | 21,92           | 124,42                |
| Vaisiai pagal sezoną/bananai                                                                     | 66031   | 150    | 4,50                                | 0,60     | 35,10           | 151,80                |
| Pienas 2,5 proc.rieb.                                                                            | 15038   | 150    | 4,20                                | 3,75     | 7,05            | 78,75                 |
| Iš viso maitinimui:                                                                              |         |        | 9,33                                | 6,82     | 64,07           | 354,96                |

| Pietūs 12:30 val.                                           |         |        |                                     |          |                 |                       |
|-------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                       | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                             |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Žirnelių, kopūstų ir morkų sriuba (tausojantis) (augalinis) | 31217   | 150    | 2,09                                | 1,96     | 8,92            | 61,64                 |
| Kepta su garais lašišos file (tausojantis)                  | 22590   | 80     | 15,27                               | 17,91    | 0,42            | 223,96                |
| Bulvių košė (tausojantis)                                   | 20280   | 100    | 2,11                                | 2,22     | 16,13           | 92,89                 |
| Burokėlių salotos su aliejumi ir žalumynais                 | 65447   | 115    | 1,85                                | 1,23     | 10,65           | 61,06                 |
| Vanduo su citrina                                           | 7320    | 200    | 0,05                                | 0,01     | 0,43            | 2,01                  |
| Iš viso maitinimui:                                         |         |        | 21,37                               | 23,33    | 36,55           | 441,56                |

| Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis |         |        |                                     |          |                 |                       |
|---------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                             | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                   |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Grūdėta varškė iki 9 proc.rieb.                   | 20389   | 125    | 15,00                               | 8,75     | 3,38            | 152,25                |
| Iš viso maitinimui:                               |         |        | 15,00                               | 8,75     | 3,38            | 152,25                |

| Vakarienė 16:00 val.                                                                                    |         |                   |                                     |          |                 |                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                                                   | Rp. Nr. | Išėiga            | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                                                         |         |                   | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Karšti sumuštiniai su fermentiniu sūriu 45 proc.rieb., a.r. virta dešra, pomidorų padažu ir agurkėliais | 2940    | 50/30/25<br>/5/10 | 14,02                               | 13,76    | 27,75           | 290,92                |
| Šviežių daržovių rinkinukas (kalmaropės, paprikos)                                                      | 15367   | 40                | 0,52                                | 0,06     | 2,58            | 12,94                 |
| Kefyras 2,5 proc.rieb                                                                                   | 23812   | 100               | 3,20                                | 2,50     | 4,80            | 54,50                 |
| Iš viso maitinimui:                                                                                     |         |                   | 17,74                               | 16,32    | 35,13           | 358,36                |
| Iš viso dienai:                                                                                         |         |                   | 63,44                               | 55,22    | 139,13          | 1307,13               |

3 savaitė  
Penktadienis

| Pusryčiai 09:00 val.                                                   |         |        |                                     |          |                 |                       |
|------------------------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
| Patiekalo pavadinimas                                                  | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|                                                                        |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| 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    | 0,40                                | 0,00     | 9,90            | 41,20                 |
| Žalia arbata be cukraus                                                | 6313    | 200    | 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 |          |                 |                       |
|                                                                                      |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Lešų sriuba su vištienos broilerio mėsa (tausojantis)                                | 71250   | 140/10 | 6,64                                | 1,65     | 11,55           | 87,60                 |
| Ruginė duona                                                                         | 22441   | 15     | 0,88                                | 0,02     | 6,61            | 30,09                 |
| Troškinti vištienos krūtinėlės file kukuliai (tausojantis)                           | 40573   | 80     | 18,04                               | 4,31     | 4,08            | 127,30                |
| Plikyti ryžiai (tausojantis)                                                         | 6598    | 80     | 2,87                                | 0,14     | 26,39           | 118,30                |
| Morkų, moliūgų ir obuolių salotos su natūraliu jogurtu 3,8 proc. rieb. ir žalumynais | 65448   | 100    | 1,43                                | 0,65     | 9,04            | 47,76                 |
| Šviežias agurkas                                                                     | 6779    | 25     | 0,18                                | 0,00     | 0,70            | 3,50                  |
| Konservuotos alyvuogės be kauliuko                                                   | 15762   | 40     | 0,48                                | 6,04     | 0,04            | 56,44                 |
| Vanduo                                                                               | 23257   | 200    | 0,00                                | 0,00     | 0,00            | 0,00                  |
| Iš viso maitinimui:                                                                  |         |        | 30,52                               | 12,81    | 58,41           | 470,99                |

## Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis

| Patiekalo pavadinimas         | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|-------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
|                               |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Ryžių traputis                | 19933   | 10     | 0,82                                | 0,23     | 7,95            | 37,15                 |
| Vaisiai pagal sezoną/Vynuogės | 67593   | 150    | 1,05                                | 0,30     | 27,00           | 114,90                |
| Iš viso maitinimui:           |         |        | 1,87                                | 0,53     | 34,95           | 152,05                |

## Vakarienė 16:00 val.

| Patiekalo pavadinimas                                   | Rp. Nr. | Išėiga | Patiekalo ar gaminio maistinė vertė |          |                 |                       |
|---------------------------------------------------------|---------|--------|-------------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|
|                                                         |         |        | Baltymai                            | Riebalai | Angliavandeniai | Kilokalorijos (Kcal.) |
| Virti varškėčiai 9 proc. rieb. (tausojantis)            | 3704    | 115    | 16,69                               | 8,26     | 23,47           | 235,00                |
| Pieno 2,5 proc. rieb. ir sviesto 82 proc. rieb. padažas | 20577   | 22/3   | 0,59                                | 3,00     | 2,37            | 38,83                 |
| Pienas 2,5 proc. rieb.                                  | 6331    | 80     | 2,24                                | 2,00     | 3,76            | 42,00                 |
| Iš viso maitinimui:                                     |         |        | 19,52                               | 13,26    | 29,61           | 315,83                |
| Iš viso dienai:                                         |         |        | 60,42                               | 40,03    | 170,13          | 1282,42               |