

Kauno lopšelis-darželis „Pelėdžiukas“  
Jūratės g. 19, Kaunas

## 15 DIENŲ PRITAIKYTAS VALGIARAŠTIS

4-7 metų amžiaus

Be pieno ir jo produktų, avižų, kukurūzų, banano, morkos (termiškai apdorota galima)

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

TVIRTINU: 2024-04-04

Kauno lopšelis-darželis „Pelėdžiukas“

*Direktorės pavaduotoja ugdymui,  
Atlika tt. ugdymo įstaigoje  
Muglė Jankauskaitė*

Taikoma nuo: 2024-04-08





I savaitė  
Pirmadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	32740	200	4,15	10,21	38,21	261,35
Uogienė	22149	20	0,04	0	12,44	49,92
Sezoninis vaisius		120	0,48	0	11,88	49,44
Nesaldinta vaisinė arbata	20576	200	0	0	0	0,03
<b>Iš viso :</b>			<b>4,67</b>	<b>10,21</b>	<b>62,53</b>	<b>360,74</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba (tausojantis) (augalinis)	65601	150	4,13	3,8	15,44	112,47
Keptas su garais kiaulienos mentės kukulis (tausojantis)	30803	90	14,86	20,47	3,21	256,49
Virtos bulvės (tausojantis) (augalinis)	21796	75	1,55	0,08	15,22	67,75
2 rūšių daržovės (kons. agurkai ir pomidorai)	71865	125	1,15	0,4	5,73	31,1
Vanduo su citrina	25346	200	0,04	0,01	0,34	1,58
<b>Iš viso :</b>			<b>21,73</b>	<b>24,76</b>	<b>39,94</b>	<b>469,39</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Viso grūdo kvietinių miltų blynai su obuoliais	18541	130	6,4	7,98	35,04	237,59
Uogienė	22149	20	0,04	0	12,44	49,92
Nesaldinta vaisinė arbata	25343	200	0	0	0	0,03
<b>Iš viso :</b>			<b>6,44</b>	<b>7,98</b>	<b>47,48</b>	<b>287,54</b>
<b>Iš viso dienos maitinimo:</b>			<b>32,84</b>	<b>42,95</b>	<b>149,95</b>	<b>1117,67</b>

I savaitė  
Antradienis



Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virti kukurūzų makaronai (tausojantis)	22464	150	2,75	4,4	39,5	208,6
Trapučiai (kukurūzų)	23680	20	1,84	1,1	14,5	75,26
Sezoninis vaisius		120	1,08	0,12	14,04	61,56
Nesaldinta kmyņų arbata	25344	200	0,25	0,18	0,62	5,12
<b>Iš viso :</b>			<b>5,92</b>	<b>5,8</b>	<b>68,66</b>	<b>350,54</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Trinta moliūgų sriuba (augalinis, tausojantis)	65443	150	1,4	2,34	11,09	71,02
Skrebučiai	25573	20	1,5	0,38	10,06	49,66
Kapotos vištienos filė kepsniukas	41954	90	21	8,65	10,96	205,67
Virti ryžiai su ciberžole (tausojantis) (augalinis)	23392	70	2,06	1,16	18,9	94,26
Aisbergų, paprikų ir porų salotos	71861	120	1,19	2,71	4,97	49
Vanduo su citrina	25346	200	0,04	0,01	0,34	1,58
<b>Iš viso :</b>			<b>27,19</b>	<b>15,25</b>	<b>56,32</b>	<b>471,19</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo kvietinių miltų blynai su obuoliais	18541	130	6,4	7,98	35,04	237,59
Uogienė	22149	20	0,04	0	12,44	49,92
Nesaldinta juodoji arbata	25345	200	0,00	0,00	0,00	0,03
<b>Iš viso :</b>			<b>6,44</b>	<b>7,98</b>	<b>47,48</b>	<b>287,54</b>
<b>Iš viso dienos maitinimo:</b>			<b>39,55</b>	<b>29,03</b>	<b>172,46</b>	<b>1109,27</b>

1 savaitė  
Trečiadienis



Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ryžių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	32740	200	4,15	10,21	38,21	261,3
Liofilizuoti ananasai	20156	10	0,3	0,1	7,7	32,9
Sezoninis vaisius		120	0,36	0,48	18,12	78,24
Nesaldinta juodoji arbata	25345	200	0,00	0,00	0,00	0,03
<b>Iš viso :</b>			<b>4,81</b>	<b>10,79</b>	<b>64,03</b>	<b>372,47</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Daržovių (kopūstai, morkos, paprikos, žalieji žirneliai) sriuba(tausojantis, augalinis)	71680	150	2,04	4,14	13,99	101,42
Pilno grūdo ruginė duona	23684	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Kepta su garais lašišos file su prieskoniais(tausojantis)	20737	70	16,7	11,09	0,87	170,1
Virtos bulvės (tasuojantis, augalinis)	21796	75	1,55	0,08	15,22	67,75
Agurkas	71876	70	0,49	0	1,96	9,8
Virtų burokėlių salotos (tausojantis, augalinis)	71871	115	3,33	3,87	4,67	66,8
Vanduo su citrina	20577	200	0,04	0,01	0,34	1,58
<b>Iš viso :</b>			<b>25,13</b>	<b>19,45</b>	<b>47,25</b>	<b>464,51</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virti makaronai (tausojantis, augalinis)	22463	200	12	10,56	46,4	328,64
Uogienė	22149	20	0,04	0	12,44	49,92
Nesaldinta kmynų arbata	650	200	0,25	0,18	0,62	5,12
<b>Iš viso :</b>			<b>12,29</b>	<b>10,74</b>	<b>59,46</b>	<b>383,68</b>
<b>Iš viso dienos maitinimo:</b>			<b>42,23</b>	<b>40,98</b>	<b>170,74</b>	<b>1220,66</b>

1 savaitė  
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	32742	200	6,3	9,74	34,65	251,46
Sezoninis vaisius		100	0,9	0,1	11,7	51,3
Nesaldinta vaisinė arbata	25343	200	0	0	0	0,03
<b>Iš viso :</b>			<b>7,2</b>	<b>9,84</b>	<b>46,35</b>	<b>302,79</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Burokėlių sriuba (tausojantis, augalinis)	65445	150	1,89	3,14	9,80	75,03
Pilno grūdo ruginė duona	23683	30	1,47	0,39	15,3	70,59
Maltos kiaulieno kumpio kepsneliai (tausojantis)	33887	90	15,82	9,78	6,1	175,67
Perlinis kuskusas (tausojantis) (augalinis)	21738	80	1,39	1,89	8,42	56,27
Raudongūžių kopūstų salotos su moliūgų sėklomis	74273	110	1,98	3,43	7,58	69,09
Brokolis	71864	40	1,16	0,12	2	13,72
Vanduo su apelsinu	25388	150	0,07	0,01	0,88	3,85
<b>Iš viso :</b>			<b>23,78</b>	<b>18,76</b>	<b>50,08</b>	<b>464,22</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Konvekciniėje orkaitėje keptos bulvės (tausojantis) (augalinis)	25384	160	4,12	6,22	39,86	231,89
Vaisių tyrėlė	18911	190	1,33	0,95	30,16	134,5
Nesaldinta kmylių arbata	25344	200	0,25	0,18	0,62	5,12
<b>Iš viso :</b>			<b>5,7</b>	<b>7,35</b>	<b>70,64</b>	<b>371,51</b>
<b>Iš viso dienos maitinimo:</b>			<b>36,68</b>	<b>35,95</b>	<b>167,07</b>	<b>1138,52</b>



1 savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kvietinių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	32745	200	6,16	7,67	42,56	263,93
Trintos uogos (braškės)	22153	20	0,13	0,07	2,92	12,82
Sezoninis vaisius		110	0,77	0,22	19,8	84,26
Nesaldinta juodoji arbata	25345	200	0	0	0	0,03
<b>Iš viso :</b>			<b>7,06</b>	<b>7,96</b>	<b>65,28</b>	<b>361,04</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojantis, augalinis)	65446	150	6,36	3,35	20,99	139,52
Pilno grūdo ruginė duona	23684	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Ryžių troškiny su vištienos file (tausojantis)	40908	96/74	20,43	4,71	35,29	265,24
2 rūšių daržovės (agurkai ir pomidorai)	72010	120	1,04	0,26	5,31	27,72
Vanduo su citrina	25346	200	0,04	0,01	0,34	1,58
<b>Iš viso :</b>			<b>28,85</b>	<b>8,59</b>	<b>72,13</b>	<b>481,12</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Virtos pieniškos a.r. dešrelės (tausojantis)	30809	95	12,35	17,1	2,85	214,7
Virti viso grūdo makaronai (tausojantis)	21744	75	3,33	1,74	17,28	98,1
Pomidorų padažas	22157	20	0,2	0	3,8	16
Agurkas (konservuotas)	71872	40	0,32	0,08	1,1	6,4
Nesaldinta vaisinė arbata	25343	200,00	0	0	0	0,03
<b>Iš viso :</b>			<b>16,2</b>	<b>18,92</b>	<b>25,03</b>	<b>335,23</b>
<b>Iš viso dienos maitinimo:</b>			<b>52,11</b>	<b>35,47</b>	<b>162,44</b>	<b>1177,39</b>



2 savaitė  
Pirmadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Ryžių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	32740	200	4,15	10,21	38,21	261,35
Uogienė	22149	20	0,04	0	12,44	49,92
Liofilizuotos mėlynės	19580	10	0,4	0,4	4,2	22
Sezoninis vaisius		190	0,76	0	11,59	49,4
Nesaldinta juodoji arbata	25345	200	0	0	0	0,03
<b>Iš viso :</b>			<b>5,35</b>	<b>10,61</b>	<b>66,44</b>	<b>382,7</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Agurkinė sriuba su bulvėmis, perlinėmis kruopomis ir morkomis (tausojančias, augalinis)	71707	150	2,55	3,28	21,39	125,23
Pilno grūdo ruginė duona	23683	30	1,47	0,39	15,3	70,59
Kalakutienos (filė) kukulis su morkomis (tausojantis)	41958	90	18,87	5,77	6,16	152,04
Virti viso grūdo makaronai (tausojantis)	21744	75	3,33	1,74	17,28	98,1
2 rūšių daržovės (kons. agurkai ir pomidorai)	71865	125	1,15	0,4	5,73	31,1
Vanduo su citrina	25346	200	0,04	0,01	0,34	1,58
<b>Iš viso :</b>			<b>27,41</b>	<b>11,59</b>	<b>66,2</b>	<b>478,64</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo kvietinių miltų blynai su obuoliais	18541	130	6,4	7,98	35,04	237,59
Džiovinti obuoliai	20146	20	0,36	0,32	11,4	49,92
Nesaldinta vaistažolių arbata	25895	200	0	0	0	0,02
<b>Iš viso :</b>			<b>6,76</b>	<b>8,3</b>	<b>46,44</b>	<b>287,53</b>
<b>Iš viso dienos maitinimo:</b>			<b>39,52</b>	<b>30,5</b>	<b>179,08</b>	<b>1148,87</b>



2 savaitė  
Antradienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Grikių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	32742	200	6,3	9,74	34,65	251,46
Sezoninis vaisius		110	0,77	0,22	19,8	84,26
Nesaldinta vaisinė arbata	25343	200	0,00	0,00	0,00	0,03
<b>Iš viso :</b>			<b>7,07</b>	<b>9,96</b>	<b>54,45</b>	<b>335,75</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Tiršta žirnių sriuba su bulvėmis ir morkomis (tausojančias, augalinis)	65446	150	6,36	3,35	20,99	139,52
Pilno grūdo ruginė duona	23684	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Makaronų troškinytis su maltos kiaulienos kumpiu (tausojančias)	30807	94/76	18,71	9,27	27,88	269,84
2 rūšių daržovės (agurkai, ridikėliai)	71869	130	1,06	0,03	3,65	19,09
Vanduo su citrina	25346	200	0,04	0,01	0,34	1,58
<b>Iš viso :</b>			<b>27,15</b>	<b>12,92</b>	<b>63,06</b>	<b>477,09</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo kvietinių miltų blynai su obuoliais	18541	130	6,4	7,98	35,04	237,59
Ryžių traputis	18910	10	0,82	0,23	7,95	37,15
Trintos uogos (braškės, serbentai)	22160	35	0,27	0,13	5,58	24,54
Nesaldinta kmynų arbata	27607	150	0,2	0,15	0,5	4,09
<b>Iš viso :</b>			<b>7,69</b>	<b>8,49</b>	<b>49,07</b>	<b>303,37</b>
<b>Iš viso dienos maitinimo:</b>			<b>41,91</b>	<b>31,37</b>	<b>166,58</b>	<b>1116,21</b>



2 savaitė  
Trečiadienis



Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	32740	200	4,15	10,21	38,21	261,35
Smulkintos saulėgražų sėklos	18354	10	2,25	4,9	2	61,1
Sezoninis vaisius		100	0,3	0,4	15,1	65,2
Nesaldinta vaisinė arbata	25343	200	0,00	0,00	0,00	0,03
<b>Iš viso :</b>			<b>6,7</b>	<b>15,51</b>	<b>55,31</b>	<b>387,68</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta pomidorų ir lęšių sriuba (tausojantis, augalinis)	71677	150	8,36	4,67	22,48	165,39
Troškintos vištienos file juostelės su žolelėmis (tausojantis)	41959	100/20	21,34	4,92	7,04	157,77
Biri perlinių kruopų košė su morkomis (tausojantis) (augalinis)	21743	70	1,92	1,65	15,49	84,46
Pomidorai, paprikos	71870	130	1,26	0,44	7,9	40,6
Vanduo su apelsinu	25388	150	0,07	0,01	0,88	3,85
<b>Iš viso :</b>			<b>32,95</b>	<b>11,69</b>	<b>53,79</b>	<b>452,07</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Konvekciniėje orkaitėje keptos bulvės (tausojantis) (augalinis)	25384	160	4,12	6,22	39,86	231,89
Vaisių tyrelė	18911	190	1,33	0,95	30,16	134,5
Nesaldinta juodoji arbata	25345	200	0	0	0	0,03
<b>Iš viso :</b>			<b>5,45</b>	<b>7,17</b>	<b>70,02</b>	<b>366,42</b>
<b>Iš viso dienos maitinimo:</b>			<b>45,1</b>	<b>34,37</b>	<b>179,12</b>	<b>1206,17</b>



2 savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	32740	200	4,15	10,21	38,21	261,35
Trintos uogos (braškės, serbentai)	22160	35	0,27	0,13	5,58	24,54
Sezoninis vaisius		100	0,9	0,1	11,7	51,3
Nesaldinta vaisinė arbata	25343	200	0,00	0,00	0,00	0,02
<b>Iš viso :</b>			<b>5,32</b>	<b>10,44</b>	<b>55,49</b>	<b>337,21</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bulvių ir morkų sriuba su miežinėmis kruopomis (tausojantis, auaglinis)	65452	150	2,21	2,74	17,18	102,17
Pilno grūdo ruginė duona	23681	35	1,72	0,46	17,85	82,36
Orkaitėje keptas žuvies (jūros lydeka) maltinukas (tausojantis)(tausojantis)	20738	90	16,61	6,91	4,57	146,9
Bulvių ir batatų košė (tausojantis, augalinis)	22461	70	1,43	6,42	14,33	120,83
Virtų burokėlių salotos (tausojantis, augalinis)	71871	115	3,33	3,87	4,67	66,80
Agurkas (konservuotas)	71872	40	0,32	0,08	1,1	6,4
Vanduo su citrina	25346	200	0,04	0,01	0,34	1,58
<b>Iš viso :</b>			<b>25,66</b>	<b>20,49</b>	<b>60,04</b>	<b>527,04</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Viso grūdo kvietinių miltų blynai su obuoliais	18541	130	6,4	7,98	35,04	237,59
Uogienė	22149	20	0,04	0	12,44	49,92
Nesaldinta kmylių arbata	25344	200	0,25	0,18	0,62	5,12
<b>Iš viso :</b>			<b>6,69</b>	<b>8,16</b>	<b>48,1</b>	<b>292,63</b>
<b>Iš viso dienos maitinimo:</b>			<b>37,67</b>	<b>39,09</b>	<b>163,63</b>	<b>1156,88</b>



2 savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	32746	200	5,77	7,1	39,76	245,99
Trintos uogos (braškės, vyšnios)	22151	35	0,24	0,13	4,23	19,06
Sezoninis vaisius		100	0,3	0,4	15,1	65,2
Nesaldinta juodoji arbata	25345	200	0,00	0,00	0,00	0,03
<b>Iš viso :</b>			<b>6,31</b>	<b>7,63</b>	<b>59,09</b>	<b>330,28</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su pupelėmis (tausojantis, augalinis)	65447	150	3,09	3,24	14,92	101,18
Pilno grūdo ruginė duona	23683	30	1,47	0,39	15,3	70,59
Jautienos kumpio troškiny su moliūgais (tausojantis)	30805	88/32	19,35	6,1	7,46	162,15
Konvekciniėje keptos bulvės (tausojantis, augalinis)	23394	85	1,7	3,09	16,76	101,61
Pekino kopūstų, pomidorų, agurkų ir paprikų salotos	71866	120	1,17	4,56	5,52	67,77
Vanduo su apelsinu	25388	150	0,07	0,01	0,88	3,85
<b>Iš viso :</b>			<b>26,85</b>	<b>17,39</b>	<b>60,84</b>	<b>507,15</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Konvekciniėje orkaitėje keptos bulvės (tausojantis) (augalinis)	25384	160	4,12	6,22	39,86	231,89
Vaisių tyrelė	18911	190	1,33	0,95	30,16	134,5
Nesaldinta kmynų arbata	25344	200	0,25	0,18	0,62	5,12
<b>Iš viso :</b>			<b>5,7</b>	<b>7,35</b>	<b>70,64</b>	<b>371,51</b>
<b>Iš viso dienos maitinimo:</b>			<b>38,86</b>	<b>32,37</b>	<b>190,57</b>	<b>1208,94</b>

3 savaitė  
Pirmadienis



Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Kvietinių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	32745	200	6,16	7,67	42,56	263,93
Uogienė	22149	20	0,04	0	12,44	49,92
Sezoninis vaisius		120	0,48	0	11,88	49,44
Nesaldinta juodoji arbata	25345	200	0	0	0	0,03
<b>Iš viso :</b>			<b>6,68</b>	<b>7,67</b>	<b>66,88</b>	<b>363,32</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis, augalinis)	65448	150	1,24	4,05	8,21	74,3
Troškintos kiaulienos sprandinės juostelės pomidorų padaže su žolelėmis (tausojantis)	40910	80/30	14,31	21,34	7,93	281,06
Konvekciniėje keptos bulvės (tausojantis, augalinis)	23394	85	1,7	3,09	16,76	101,61
2 rūšių daržovės (kons. agurkai ir pomidorai)	71865	125	1,15	0,4	5,73	31,1
Vanduo su citrina	25346	200	0,04	0,01	0,34	1,58
<b>Iš viso :</b>			<b>18,44</b>	<b>28,89</b>	<b>38,97</b>	<b>489,65</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			Kilokalorijos (Kcal.)
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	
Viso grūdo kvietinių miltų blynai su obuoliais	18541	130	6,4	7,98	35,04	237,59
Vaisių tyrėlė	18911	190	1,33	0,95	30,16	134,5
Nesaldinta vaisinė arbata	25343	200	0	0	0	0,03
<b>Iš viso :</b>			<b>7,73</b>	<b>8,93</b>	<b>65,2</b>	<b>372,12</b>
<b>Iš viso dienos maitinimo:</b>			<b>32,85</b>	<b>45,49</b>	<b>171,05</b>	<b>1225,09</b>

3 savaitė  
Antradienis



Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	32740	200	4,15	10,21	38,21	261,35
Trintos uogos (braškės)	22152	50	0,34	0,19	4,54	21,22
Ryžių traputis	18910	10	0,82	0,23	7,95	37,15
Nesaldinta juodoji arbata	25345	200	0,00	0,00	0,00	0,03
<b>Iš viso :</b>			<b>5,31</b>	<b>10,63</b>	<b>50,7</b>	<b>319,75</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų ir raudonųjų lęšių sriuba (tausojantis, augalinis)	65449	150	4,97	2,92	18,04	118,28
Troškinta vištienos šlaunelių/kumpelių mėsa su morkomis ir brokoliu(tausojantis)	38509	90/40	14,86	8,69	2,91	149,23
Virti plikyti ryžiai su ciberžole (tausojantis, augalinis )	23392	70	2,06	1,16	18,9	94,26
Kopūstų, kukurūzų, agurkų salotos	71868	120	1,6	3,76	7,44	69,98
Vanduo su apelsinu	25388	150	0,07	0,01	0,88	3,85
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>23,56</b>	<b>16,54</b>	<b>48,17</b>	<b>435,6</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makarona (tausojantis, augalinis)	22463	200	12	10,56	46,4	328,64
Sezoninis vaisius		110	0,33	0,44	13,53	59,4
Nesaldinta kmyņų arbata	9943	150	0,2	0,15	0,5	4,09
<b>Iš viso :</b>			<b>12,53</b>	<b>11,15</b>	<b>60,43</b>	<b>392,13</b>
<b>Iš viso dienos maitinimo:</b>			<b>41,4</b>	<b>38,32</b>	<b>159,3</b>	<b>1147,48</b>

3 savaitė  
Trečiadienis



Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virtas kiaušinis (tausojantis)	4952	50	6,35	5,45	0,45	76,25
Pilno grūdo ruginė duona	23681	35	1,72	0,46	17,85	82,36
Vaisių tyrėlė 190g	18911	190	1,33	0,95	30,16	134,5
Agurkas (konservuotas)	71872	40	0,32	0,08	1,1	6,4
Sezoninis vaisius		120	0,36	0,48	18,12	78,24
Nesaldinta kmylių arbata	25344	200	0,25	0,18	0,62	5,12
<b>Iš viso :</b>			<b>10,33</b>	<b>7,6</b>	<b>68,3</b>	<b>382,87</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žiedinių kopūstų sriuba su bulvėmis, morkomis ir paprika (tausojantis, augalinis)	65453	150	1,3	4,88	10,68	91,83
Pilno grūdo ruginė duona	23684	20	0,98	0,26	10,2	47,06
Kepta su garais lašišos file su prieskoniais (tausojantis)	20737	70	16,7	11,09	0,87	170,1
Biri perlinių kruopų košė su morkomis (tausojantis, augalinis)	21743	70	1,92	1,65	15,49	84,46
Špinatų ir cukinijų salotos	74274	120	1,66	2,89	4,21	49,46
Vanduo su citrina	25346	200	0,04	0,01	0,34	1,58
<b>Iš viso :</b>			<b>22,6</b>	<b>20,78</b>	<b>41,79</b>	<b>444,49</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Konvekciniėje orkaitėje keptos bulvės (tausojantis) (augalinis)	25384	160	4,12	6,22	39,86	231,89
Riestainiai	25574	40	2,96	0,32	18,4	88,32
Agurkas (konservuotas)	71872	40	0,32	0,08	1,1	6,4
Nesaldinta kmylių arbata	25344	200	0,25	0,18	0,62	5,12
<b>Iš viso :</b>			<b>7,65</b>	<b>6,8</b>	<b>59,98</b>	<b>331,73</b>
<b>Iš viso dienos maitinimo:</b>			<b>40,58</b>	<b>35,18</b>	<b>170,07</b>	<b>1159,09</b>

3 savaitė  
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	32746	200	5,77	7,1	39,76	245,99
Liofilizuotos mėlynės	19580	10	0,4	0,4	4,2	22
Sezoninis vaisius		120	0,48	0	11,88	49,44
Nesaldinta juodoji arbata	25345	200	0	0	0	0,03
<b>Iš viso :</b>			<b>6,65</b>	<b>7,5</b>	<b>55,84</b>	<b>317,46</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pomidorinė sriuba su ryžiais (tausojnatis, augalinis)	65454	150	1,62	3,09	14,97	94,21
Pilno grūdo ruginė duona	23681	35	1,72	0,46	17,85	82,36
Virtų bulvių blynai su jautienos mente „Žemaičiai" (tausojantis)	34128	90/40	12,02	9,68	30,46	257,06
2-ių rūšių daržovės (agurkai, paprikos)	71874	120	0,9	0,06	4,53	22,26
Vanduo su citrina	25346	200	0,04	0,01	0,34	1,58
<b>Iš viso :</b>			<b>16,3</b>	<b>13,3</b>	<b>68,15</b>	<b>457,47</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai (tausojantis)	22463	200	12	10,56	46,4	328,64
Trintos uogos (braškės)	22153	20	0,13	0,07	2,92	12,82
Nesaldinta kmynų arbata	25344	200	0,25	0,18	0,62	5,12
<b>Iš viso :</b>			<b>12,38</b>	<b>10,81</b>	<b>49,94</b>	<b>346,58</b>
<b>Iš viso dienos maitinimo:</b>			<b>35,33</b>	<b>31,61</b>	<b>173,93</b>	<b>1121,51</b>



Pusryčiai 08:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kvietinių kruopų košė (tausojantis, augalinis)	32745	200	6,16	7,67	42,56	263,93
Sezoninis vaisius		110	0,33	0,44	13,53	59,4
Nesaldinta kmylių arbata	25344	200	0,25	0,18	0,62	5,12
<b>Iš viso :</b>			<b>6,74</b>	<b>8,29</b>	<b>56,71</b>	<b>328,45</b>

Pietūs 12:15 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žalių žirnelių, morkų ir viso grūdo makaronų sriuba (tausojantis, augalinis)	71679	150	3,14	4,91	16,71	123,63
Kiaulienos mentės maltiniai su kopūstais ir ryžiais (tausojantis)	30808	90	13,88	19,77	5,39	254,99
Virtos bulvės (tausojantis, augalinis)	21739	75	1,55	0,08	15,22	67,75
2-ių rūšių daržovės (konservuoti agurkai, žiedinis kopūstas)	74272	120	1,51	0,24	4,53	26,3
Vanduo su citrina	25346	200	0,04	0,01	0,34	1,58
<b>Iš viso :</b>			<b>20,12</b>	<b>25,01</b>	<b>42,19</b>	<b>474,25</b>

Vakarienė 15:45 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bulvių ir morkų blynėliai	27951	180	3,73	8,23	39,48	246,94
Sezoninis vaisius		120	0,36	0,48	18,12	78,24
Nesaldinta kmylių arbata	7986	200	0,25	0,18	0,62	5,12
<b>Iš viso :</b>			<b>4,34</b>	<b>8,89</b>	<b>58,22</b>	<b>330,3</b>
<b>Iš viso dienos maitinimo:</b>			<b>31,2</b>	<b>42,19</b>	<b>157,12</b>	<b>1133</b>