



Kauno lopšelis-darželis „Šilinukas“

Pašilės g. 34, Kaunas
(Istaigos pavadinimas, adresas)

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 m. (Priešmokykliniai)

Istaigos darbo laikas nuo 7.00 iki 19.00 val.
Pradėtas naudoti nuo 2024m. balandžio 2 d.

1 savaitė
Pirmadienis



Patvirtino:
Direktorė
Vytautė Senkoviene

Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška kvietinių kruopų košė su migdolų drožlėmis ir braškėmis (tausojantis)	33844	200/5/13	8,36	8,44	41,03	273,47
Vaisiai (melionai)	37274	100	0,40	0,00	6,10	26,00
Nesaldinta kmynų arbata	26794	200	0,10	0,07	0,25	2,05
Iš viso maitinimui:			8,86	8,51	47,38	301,52

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su lęšiais (tausojantis) (augalinis)	72936	135/15	5,11	1,44	17,63	103,91
Plikytų ryžių plovai su kiaulienos kumpiu (tausojantis)	34655	70/130	16,20	15,55	33,78	339,85
Šviežių agurkų salotos su krapais	79809	120	0,83	5,47	3,29	65,70
Švieži pomidorai	23731	50	0,50	0,20	2,90	15,40
Vanduo su citrina	6466	200	0,04	0,01	0,34	1,61
Iš viso maitinimui:			22,67	22,67	57,94	526,46

Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Obuolių tyrė	5668	190	0,95	0,95	24,70	111,15
Kukurūzų traputis	5929	10	0,92	0,55	7,25	37,63
Iš viso maitinimui:			1,87	1,50	31,95	148,78

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėtukai (9 proc. rieb.) (tausojantis)	20277	145	18,89	8,58	41,34	318,11
Natūralus jogurtas iki 3 proc. rieb.	25299	20	0,74	0,60	1,02	12,44
Trintos uogos (braškės)	25300	30	0,21	0,12	4,61	20,34
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			19,84	9,30	46,97	350,92
Iš viso dienai:			53,24	41,98	184,24	1327,68

Patvirtino:



Direktorė

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška perlinių kruopų košė (tausojantis)	17619	200	6,40	5,82	36,64	224,55
Sūrio lazdelės 40 proc. rieb.	9581	15	4,01	3,12	0,06	44,34
Vaisiai (melionai)	37274	100	0,40	0,00	6,10	26,00
Nesaldinta vaistažolių arbata	595	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			10,81	8,94	42,80	294,90

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	72934	150	4,17	2,25	15,78	100,04
Pilno grūdo ruginė duona	20566	20	0,98	0,26	10,20	47,06
Lašišos file kotletai (tausojantis)	23131	80	18,09	12,75	9,93	226,78
Bulvių košė (tausojantis)	23732	80	1,79	3,28	15,16	97,25
Daržovių lazdelės (cukinija, paprika, morka)	27814	110	1,14	0,13	8,32	39,03
Vanduo su citrina	6466	200	0,04	0,01	0,34	1,61
Iš viso maitinimui:			26,20	18,67	59,72	511,77

Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės sūris (22 proc. rieb.) su obuolių tyre	20565	30/15	7,13	6,68	2,43	98,30
Vaisių asorti (kiviai, melionai)	69177	40/80	0,68	0,16	10,80	47,36
Iš viso maitinimui:			7,81	6,84	13,23	145,66

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Obuolių pyragas	5914	100	7,24	9,95	33,75	253,52
Pienas (2,5 proc. rieb.)	12556	200	5,60	5,00	9,40	105,00
Iš viso maitinimui:			12,84	14,95	43,15	358,52
Iš viso dienai:			57,66	49,40	158,90	1310,85

1 savaitė
Trečiadienis



Patvirtino:

Direktore

Vytautė Senkoviene

Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška miežinių kruopų košė	33845	200	7,18	6,94	36,22	236,02
Vaisius (vynuogės)	67257	100	0,81	0,23	20,70	88,09
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			7,99	7,17	56,92	324,14

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė sriuba (augalinis) (tausojantis)	72935	150	2,58	4,24	22,05	136,68
Kepti kalakutienos filė maltinukai su varške (9 proc.rieb.) ir cukinija (tausojantis)	20429	60/33/17	21,77	3,61	2,23	128,51
Virti griekiai (tausojantis)	23734	80	3,78	0,93	20,79	106,65
Burokėlių ir žirnelių salotos	79810	110	2,84	5,19	12,78	109,13
Švieži agurkai	23733	50	0,35	0,00	1,40	7,00
Vanduo su citrina	6466	200	0,04	0,01	0,34	1,61
Iš viso maitinimui:			31,36	13,98	59,59	489,57

Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Natūralus jogurtas (3 proc.rieb.) su bananais	5925	125/70	5,33	4,03	22,76	148,59
Iš viso maitinimui:			5,33	4,03	22,76	148,59

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kepti varškėčiai (9 proc.rieb.) (tausojantis)	20278	110	18,89	14,44	25,13	306,02
Trintos uogos (braškės)	25300	30	0,21	0,12	4,61	20,34
Liofilizuotos braškės	51150	25	1,90	0,93	12,65	66,53
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			21,00	15,49	42,38	392,91
Iš viso dienai:			65,68	40,67	181,65	1355,21

1 savaitė
Ketvirtadienis

Patvirtino:
Direktorė
Vytautė Serkvyienė
Kauno lopšelis-darželis
„ŽILINIUKAS“

Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška grikių kruopų košė (tausojantis)	33846	200	7,93	6,68	34,98	231,70
Pilno grūdo ruginės duonos sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.), varškės sūriu (22 proc. rieb.) ir pomidorais (tausojantis)	18243	25/3/2 2/15	6,56	7,69	14,00	151,39
Nesaldinta kmylių arbata	26794	200	0,10	0,07	0,25	2,05
Iš viso maitinimui:			14,59	14,43	49,22	385,14

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Cukinių sriuba (augalinis) (tausojantis)	38132	150	1,12	3,62	4,88	56,62
Pilno grūdo ruginė duona	20566	20	0,98	0,26	10,20	47,06
Maltas vištienos filė kepsnys (tausojantis)	41735	80	19,27	9,98	4,73	185,84
Žiedinių kopūstų ir plikytų ryžių troškiny su grietine (30-35 proc. rieb.) (tausojantis)	23736	70/30	3,36	2,98	24,97	140,09
Pomidorų ir agurkų salotos su alyvuogių aliejumi	23735	90	0,71	5,25	3,81	65,36
Vanduo su citrina	6466	200	0,04	0,01	0,34	1,61
Iš viso maitinimui:			25,48	22,11	48,93	496,59

Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bandelės	2053	45	4,01	4,59	24,03	153,45
Iš viso maitinimui:			4,01	4,59	24,03	153,45

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas su fermentiniu sūriu (45-50 proc. rieb.) (tausojantis)	5188	111/9	13,87	13,69	7,07	207,01
Pilno grūdo ruginė duona	720	20	0,98	0,26	10,20	47,06
Marinuoti agurkėliai	23108	30	0,24	0,06	0,83	4,80
Vaisiai (bananai)	54384	80	0,80	0,32	18,72	80,96
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			15,90	14,33	36,82	339,86
Iš viso dienai:			59,98	55,46	159,00	1375,04

1 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška avižinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	7711	200/5	8,00	8,85	35,81	254,91
Vaisiai (kiviai)	67258	120	1,08	0,48	17,76	79,68
Nesaldinta kėlynų arbata	26794	200	0,10	0,07	0,25	2,05
Iš viso maitinimui:			9,18	9,40	53,82	336,64

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šviežių kopūstų sriuba (tausojantis) (augalinis)	72937	150	1,22	1,40	8,28	50,66
Pilno grūdo ruginė duona	7112	30	1,47	0,39	15,30	70,59
Bulvių plokštainis su kiaulienos kumpiu	25928	155/65	17,85	9,39	39,18	312,65
Grietinė 30 proc. rieb.	24463	15	0,39	4,50	0,41	43,68
Daržovių lazdelės (cukinija, paprika, morka)	27814	110	1,14	0,13	8,32	39,03
Agurkų lazdelės	27815	60	0,42	0,00	1,68	8,40
Vanduo su citrina	6466	200	0,04	0,01	0,34	1,61
Iš viso maitinimui:			22,54	15,83	73,51	526,62

Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Natūralus jogurtas (3 proc. rieb.)	5926	125	4,63	3,75	6,38	77,75
Sūrio lazdelės 40 proc. rieb.	3773	25	6,68	5,20	0,10	73,90
Iš viso maitinimui:			11,31	8,95	6,48	151,65

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta varškė (9 proc. rieb.) su kefyru (2,5 proc. rieb.) paskaninta bananais ir uogomis	20279	75/40/50/25	14,48	8,05	16,15	194,97
Skrebučiai (batono)	25301	40	3,20	0,92	21,36	106,52
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			17,68	8,97	37,51	301,52
Iš viso dienai:			49,40	34,20	164,84	1164,78

2 savaitė
Pirmadienis



Patvirtino:

Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	33848	200	4,64	6,96	36,93	228,84
Vaisius (bananai)	68957	80	0,80	0,32	18,72	80,96
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			5,44	7,28	55,65	309,83

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Trinta moliūgų sriuba su skrebučiais (tausojantis)	72938	150/15	2,41	6,57	14,92	128,43
Orkaitėje kepti jautienos kumpio maltiniai (tausojantis)	34656	70	15,83	9,47	4,82	167,87
Virti griikiai (tausojantis)	23737	90	4,41	1,09	24,26	124,43
Kopūstų, porų ir obuolių salotos su alyvuogių aliejumi	79811	120	1,34	3,30	7,09	63,41
Rinkinukas (paprikos, agurkai)	15892	150	1,20	0,15	7,13	34,65
Vanduo su citrina	6466	200	0,04	0,01	0,34	1,61
Iš viso maitinimui:			25,22	20,59	58,55	520,39

Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Natūralus jogurtas (3 proc. rieb.) su bananais	5925	125/70	5,33	4,03	22,76	148,59
Iš viso maitinimui:			5,33	4,03	22,76	148,59

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Viso grūdo makaronai su fermentiniu sūriu (45-50 proc. rieb.) (tausojantis)	9937	183/32	14,57	10,78	35,28	296,47
Konservuoti agurkai	26942	40	0,24	0,00	0,96	4,80
Nesaldinta vaisinė/arbatžolių /žolelių arbata	26797	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			14,81	10,79	36,24	301,29
Iš viso dienai:			50,80	42,69	173,20	1280,10

2 savaitė
Antradienis



Patvirtino:

Direktorė

Vytautė Senkoviene

Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška manų kruopų košė su cinamonu (tausojantis)	3110	200/1	6,34	6,02	39,50	237,56
Vaisius (obuoliai)	67260	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			6,95	6,02	54,35	299,39

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su lęšiais (tausojantis) (augalinis)	72936	135/15	5,11	1,44	17,63	103,91
Grietinėleje (30-36 proc. rieb.) troškinta vištienos filė su morkomis (tausojantis)	41744	70/15/35	16,52	8,18	4,07	155,95
Virti plikyti ryžiai (tausojantis)	23738	90	3,28	1,98	30,16	151,58
Kopūstų, porų ir obuolių salotos su alyvuogių aliejumi	79811	120	1,34	3,30	7,09	63,41
Vanduo su citrina	6466	200	0,04	0,01	0,34	1,61
Iš viso maitinimui:			26,28	14,91	59,29	476,46

Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Natūralus jogurtas (3 proc. rieb.)	5926	125	4,63	3,75	6,38	77,75
Liofilizuotos braškės	5928	25	1,90	0,93	12,65	66,53
Iš viso maitinimui:			6,53	4,68	19,03	144,28

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Varškės (9 proc. rieb.) apkepas (tausojantis)	11236	150	18,38	11,21	24,23	271,32
Natūralus jogurtas iki 3 proc. rieb.	25299	20	0,74	0,60	1,02	12,44
Uogienė (braškių, vyšnių, aviečių)	23671	15	0,03	0,00	9,33	37,44
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			19,15	11,81	34,58	321,24
Iš viso dienai:			58,91	37,42	167,25	1241,37

2 savaitė
Trečiadienis



Patvirtino:
Vytaute Senkoviene

Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas su fermentiniu sūriu (45-50 proc. rieb.) (tausojantis)	5188	111/9	13,87	13,69	7,07	207,01
Pilno grūdo ruginė duona	720	20	0,98	0,26	10,20	47,06
Vaisius (vynuogės)	67257	100	0,81	0,23	20,70	88,09
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			15,66	14,18	37,97	342,19

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Raugintų kopūstų sriuba (augalinis) (tausojantis)	72939	150	0,95	3,04	8,17	63,84
Pilno grūdo ruginė duona	20566	20	0,98	0,26	10,20	47,06
Grikių ir jautienos kumpio troškiny (tausojantis)	34660	90/70	21,38	7,09	38,14	301,93
Aisbergo salotų, pomidorų ir agurkų salotos su grietine (30 proc. rieb.)	79812	150	1,46	2,34	5,67	49,55
Vanduo su citrina	6466	200	0,04	0,01	0,34	1,61
Iš viso maitinimui:			24,82	12,74	62,53	464,00

Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Natūralus jogurtas (3 proc. rieb.)	5926	125	4,63	3,75	6,38	77,75
Sūrio lazdelės 40 proc. rieb.	3773	25	6,68	5,20	0,10	73,90
Iš viso maitinimui:			11,31	8,95	6,48	151,65

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virtos pienoškos a.r. kiaulienos dešrelės (tausojantis)	40254	60	7,80	10,80	1,80	135,60
Pilno grūdo ruginė duona	365	30	1,47	0,39	15,30	70,59
Burokėlių salotos	77250	100	1,51	3,74	9,08	75,97
Vaisius (obuoliai)	67260	150	0,60	0,00	14,85	61,80
Nesaldinta kminų arbata	26794	200	0,10	0,07	0,25	2,05
Iš viso maitinimui:			11,48	15,00	41,27	346,00
Iš viso dienai:			63,27	50,87	148,25	1303,84

2 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška ilgagrūdžių ryžių košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir trintomis braškėmis (tausojantis)	33849	200/6/15	6,19	7,36	44,11	267,46
Vaisiai (melionai)	37274	100	0,40	0,00	6,10	26,00
Vaisiai (šilauogės)	68798	70	0,49	0,21	8,05	36,05
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			7,08	7,57	58,27	329,55

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	72940	150	7,34	2,30	21,91	137,69
Keptos vištienos šlaunelės (tausojantis)	41737	80	19,15	10,95	0,48	177,13
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės ir morkų lazdelės (augalinis) (tausojantis)	27816	140/60	3,82	6,21	34,28	208,28
Rinkinukas (pomidorai-agurkai-paprika)	23739	60	0,52	0,12	3,06	15,40
Vanduo su citrina	6466	200	0,04	0,01	0,34	1,61
Iš viso maitinimui:			30,87	19,59	60,08	540,11

Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Liofilizuotos braškės	5927	20	1,52	0,74	10,12	53,22
Varškės sūris (22 proc. rieb.) su obuolių tyre	20565	30/15	7,13	6,68	2,43	98,30
Iš viso maitinimui:			8,65	7,42	12,55	151,52

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai (9 proc. rieb.) (tausojantis)	11086	120	16,38	7,65	32,06	262,54
Natūralus jogurtas iki 3 proc. rieb.	25299	20	0,74	0,60	1,02	12,44
Trintos uogos (braškės)	25300	30	0,21	0,12	4,61	20,34
Nesaldinta kmynų arbata	26794	200	0,10	0,07	0,25	2,05
Iš viso maitinimui:			17,43	8,44	37,93	297,37
Iš viso dienai:			64,03	43,02	168,83	1318,55



Patvirtino:
Direktore
Vytautas Senkovičius

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška perlinių kruopų košė (tausojantis)	17619	200	6,40	5,82	36,64	224,55
Vaisius (vynuogės)	67257	100	0,81	0,23	20,70	88,09
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			7,21	6,05	57,34	312,67

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	72943	150	1,07	3,05	7,55	61,92
Apkepas su lašišos filė (tausojantis)	23133	70/60	16,05	12,90	9,29	217,39
Virti ryžiai (plikyti) (tausojantis)	23742	90	2,08	4,20	18,89	121,66
Burokėlių ir žirnelių salotos	79810	110	2,84	5,19	12,78	109,13
Traškios agurkų lazdelės	27819	30	0,21	0,00	0,84	4,20
Vanduo su citrina	6466	200	0,04	0,01	0,34	1,61
Iš viso maitinimui:			22,28	25,34	49,69	515,91

Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Natūralus jogurtas (3 proc. rieb.) su bananais	5925	125/70	5,33	4,03	22,76	148,59
Iš viso maitinimui:			5,33	4,03	22,76	148,59

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška viso grūdo makaronų sriuba (tausojantis)	36856	200	6,44	6,57	18,59	159,25
Bandelės	19810	60	5,34	6,12	32,04	204,60
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			11,78	12,69	50,64	363,88
Iš viso dienai:			46,60	48,11	180,43	1341,05

3 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 08:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu (82 rieb. proc.) (tausojantis)	33851	200/8	7,24	9,34	38,15	265,62
Vaisius (kriaušės)	67261	120	0,36	0,48	18,12	78,24
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			7,60	9,82	56,27	343,89

Pietūs 12:25 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba (augalinis) (tausojantis)	72934	150	4,17	2,25	15,78	100,04
Pilno grūdo ruginė duona	20566	20	0,98	0,26	10,20	47,06
Kapotos vištienos krūtinėlės file apkepas (tausojantis)	41739	90	17,63	7,03	4,00	149,79
Virti griekiai (tausojantis)	23734	80	3,78	0,93	20,79	106,65
Baltųjų ridikų ir morkų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi (augalinis)	79815	75	0,73	5,15	4,25	66,31
Agurkų lazdelės	27815	60	0,42	0,00	1,68	8,40
Vanduo su citrina	6466	200	0,04	0,01	0,34	1,61
Iš viso maitinimui:			27,75	15,63	57,04	479,85

Papildomas maitinimas tiekiamas kartu su pietumis						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Liofilizuotos braškės	5928	25	1,90	0,93	12,65	66,53
Vaisius (vynuogės)	69180	100	0,70	0,20	18,00	76,60
Iš viso maitinimui:			2,60	1,13	30,65	143,13

Vakarienė 15:55 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lietiniai blynai įdaryti bananais	19444	80/50	6,29	10,91	41,38	288,89
Natūralus jogurtas (iki 3 proc. rieb.) su trintomis braškėmis	23673	20/10	0,51	0,38	1,59	11,82
Nesaldinta žolelių arbata	26795	200	0,00	0,00	0,00	0,03
Iš viso maitinimui:			6,80	11,30	42,97	300,75
Iš viso dienai:			44,75	37,88	186,93	1267,62