



**Kauno lopšelis-darželis „Liepaitė“,**

**K. Genio g. 7, Kaunas**

**15 DIENŲ VALGIARAŠTIS**

1-3 metų

Įstaigos darbo laikas

Nuo 6:30 iki 18:30 val.



1 savaitė  
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	29317	144/6	3,78	6,39	20,79	155,79
Sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir smulkintomis saulėgrąžomis	80	30/4/3,00	2,95	5,32	15,72	122,55
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>6,73</b>	<b>11,71</b>	<b>36,51</b>	<b>278,35</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	46534	100,00	0,81	1,05	7,53	42,78
Grietinė (30 proc. rieb.)	16236	10,00	0,26	3,00	0,27	29,12
Ruginė duona	223	40,00	2,44	0,40	18,24	86,32
Orkaitėje keptos maltos kiaulienos mentės ir kumpio lazdelės (tausojantis)	21698	50,00	7,66	10,31	7,89	154,96
Troškintos perlinės kruopos su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	20533	80,00	2,44	1,32	19,45	99,44
Baltagūžių/raugintų kopūstų salotos su morkomis ir ypač tyru alyvuogių aliejumi	50366	40,00	0,49	0,90	1,98	17,79
Švieži agurkai	19187	25,00	0,18	0,00	0,70	3,50
Vanduo su citrina	19110	150,00	0,06	0,01	0,53	2,51
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>14,34</b>	<b>16,99</b>	<b>56,59</b>	<b>436,42</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai (varškė 9 proc. rieb.) (tausojantis)	13926	120,00	14,62	6,62	31,86	245,47
Natūralus jogurtas iki 3 poc. rieb. su šaldytomis/šviežiomis uogomis	16240	25,00	0,48	0,36	1,32	10,42
Sezoniniai vaisiai	28148	60,00	0,24	0,00	5,94	24,72
Nesaldinta vaisinė arbata	19105	150,00	0,00	0,00	0,00	0,03
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>15,34</b>	<b>6,98</b>	<b>39,12</b>	<b>280,64</b>
<b>Iš viso diena:</b>			<b>36,41</b>	<b>35,68</b>	<b>132,22</b>	<b>995,41</b>

1 savaitė  
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų košė su varškės sūriu (22 proc. rieb.) (tausojantis)	29128	142/8	4,64	2,12	22,03	125,75
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.), virta kalakutų file ir agurku	15861	30/7/30/ 17	8,11	8,22	14,22	163,35
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>12,75</b>	<b>10,34</b>	<b>36,25</b>	<b>289,11</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	46535	100,00	1,48	2,18	11,66	72,17
Ruginė duona	223	40,00	2,44	0,40	18,24	86,32
Garuose kepta vištienos kumpelių šlaunelių mėsa (tausojantis)	197	60,00	13,85	8,08	0,18	128,87
Troškinti ryžiai su ciberžole (tausojantis) (augalinis)	16582	60,00	1,55	1,09	14,15	72,60
Aisbergo, agurkų, paprikų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi	11485	60,00	0,59	1,60	2,24	24,99
Vanduo su citrina	19110	150,00	0,06	0,01	0,53	2,51
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>19,97</b>	<b>13,36</b>	<b>47,00</b>	<b>387,46</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su fermentiniu sūriu (45-50 proc. rieb.) (tausojantis)	12261	105/20	11,69	6,48	26,54	211,24
Sezoniniai vaisia	90	80,00	0,24	0,32	12,08	52,16
Nesaldinta vaisinė arbata	19105	150,00	0,01	0,01	0,01	0,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>11,94</b>	<b>6,81</b>	<b>38,63</b>	<b>263,49</b>
<b>Iš viso diena:</b>			<b>44,66</b>	<b>30,51</b>	<b>121,88</b>	<b>940,06</b>



1 savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas (tausojantis)	1868	65,00	8,73	8,89	7,86	146,43
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.)	13612	30/3,00	1,85	2,76	13,70	87,04
Konservuoti žalieji žirneliai	16593	30,00	1,32	0,09	3,75	21,09
Sezoniniai vaisiai	2188	75,00	0,67	0,07	8,77	38,47
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>12,57</b>	<b>11,81</b>	<b>34,08</b>	<b>293,04</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lęšių, morkų, bulvių, svogūnų sriuba (augalinis) (tausojantis)	60578	100,00	3,63	1,16	12,28	74,15
Ruginė duona	223	40,00	2,44	0,40	18,24	86,32
Troškintas jautienos ir kiaulienos kumpių maltinukas (tausojantis)	28430	60,00	13,99	6,23	7,21	140,84
Virtos bulvės (tausojantis)	16583	60,00	1,21	0,06	11,94	53,15
Pomidorų, agurkų, porų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi	58766	65,00	0,65	5,59	2,66	63,53
Vanduo su citrina	19110	150,00	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>21,98</b>	<b>13,46</b>	<b>52,87</b>	<b>420,51</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bananinė duonelė (tausojantis)	9	80,00	4,32	8,07	31,41	215,52
Pienas (2,5 proc. rieb.)	1670	150,00	4,20	3,75	7,05	78,75
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,52</b>	<b>11,82</b>	<b>38,47</b>	<b>294,27</b>
<b>Iš viso diena:</b>			<b>43,07</b>	<b>37,09</b>	<b>125,42</b>	<b>1007,82</b>





1 savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška trijų (avižų, miežių, kviečių) grūdų dribsnių košė su apelsiniais (tausojantis)	29130	124/26	5,47	2,36	26,13	147,67
Batonas su sviestu (82 proc. rieb.) ir varškės sūriu (22 proc. rieb.)	54	30/6/10,0 0	5,01	7,79	17,81	161,34
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>10,48</b>	<b>10,15</b>	<b>43,94</b>	<b>309,02</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių, morkų, bulvių ir perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	46538	100,00	3,09	2,21	14,94	92,07
Virtų bulvių cepelinai su kalakutienos kumpelių/šlaunelių mėsa (tausojantis)	28431	115/45	12,99	8,43	39,23	284,83
Grietinė (30 proc. rieb.)	16236	10,00	0,26	3,00	0,27	29,12
Šviežių agurkų/marinuotų, morkų, paprikų juostelės	3528	94,00	0,84	0,09	6,87	31,72
Vanduo su citrina	19110	150,00	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>17,24</b>	<b>13,75</b>	<b>61,85</b>	<b>440,26</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blynai su varške (9 proc. rieb.) ir obuoliais	1492	20/25/15	7,92	11,67	20,95	220,53
Natūralus jogurtas (iki 3 proc. rieb.)	16241	10,00	0,37	0,30	0,51	6,22
Sezoniniai vaisiai	47022	100,00	0,70	0,00	11,10	47,20
Nesaldinta vaisinė arbata	19105	150,00	0,01	0,01	0,01	0,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,00</b>	<b>11,98</b>	<b>32,57</b>	<b>274,04</b>
<b>Iš viso diena:</b>			<b>36,72</b>	<b>35,88</b>	<b>138,36</b>	<b>1023,32</b>



1 savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška avižinių dribsnių košė su obuoliais, cinamonu ir sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	29131	13/15/1/ 2	6,23	5,12	24,78	170,20
Sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.), virtu kiaušiniu ir agurku	15781	30/4/5/5, 00	2,72	5,84	15,31	124,66
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,95</b>	<b>10,96</b>	<b>40,09</b>	<b>294,87</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kopūstų sriuba su bulvėmis (augalinis) (tausojantis)	46539	100,00	0,79	2,03	4,90	41,02
Ruginė duona	13617	20,00	1,22	0,20	9,12	43,16
Garuose keptas lydekos file maltinis su varške (9 proc. rieb.) (tausojantis)	19118	50/10,00	15,65	6,90	3,78	139,87
Bulvių košė (tausojantis)	16592	80,00	2,54	4,56	21,58	137,47
Burokėlių, obuolių, svogūnų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi	46900	70,00	0,97	1,88	6,57	47,06
Vanduo su citrina	19110	150,00	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>21,23</b>	<b>15,59</b>	<b>46,49</b>	<b>411,10</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška miltinių kukulaičių sriuba (tausojantis)	42	160,00	7,00	6,41	29,64	204,19
Skrebutis	13619	8,00	1,12	0,28	7,54	37,24
Sezoniniai vaisiai	35472	70,00	0,42	0,07	7,77	33,38
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,54</b>	<b>6,76</b>	<b>44,95</b>	<b>274,81</b>
<b>Iš viso diena:</b>			<b>38,72</b>	<b>33,31</b>	<b>131,53</b>	<b>980,78</b>



2 savaitė  
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieб.) (tausojantis)	21729	146/4	3,80	4,21	20,82	136,37
Sezoniniai vaisiai	23626	100,00	0,70	0,60	13,00	60,20
Pienas (2,5 proc. rieб.)	1670	150,00	4,20	3,75	7,05	78,75
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,70</b>	<b>8,76</b>	<b>40,87</b>	<b>275,32</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių pomidorinė sriuba (augalinis) (tausojantis)	60758	100,00	1,05	5,05	10,64	92,30
Ruginė duona	223	40,00	2,44	0,40	18,24	86,32
Vištienos šlaunelių/kumpelių mėsos ir kuskuso troškinyс su daržovėmis (tausojantis)	30803	50/70/22	11,86	9,12	11,12	174,04
Šviežių kopūstų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi	66914	40,00	0,56	1,82	1,72	25,49
Agurkų, morkų juostelės	13175	67,00	0,59	0,04	5,06	23,03
Vanduo su citrina	19110	150,00	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>16,56</b>	<b>16,45</b>	<b>47,32</b>	<b>403,70</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blynai su obuoliais ir cinamonu	16316	100,00	6,72	11,45	36,74	276,83
Nesaldinta vaisinė arbata	19105	150,00	0,01	0,01	0,01	0,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>6,73</b>	<b>11,46</b>	<b>36,75</b>	<b>276,92</b>
<b>Iš viso diena:</b>			<b>31,99</b>	<b>36,67</b>	<b>124,94</b>	<b>955,94</b>





2 savaitē  
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiņa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieš.) (tausojantis)	39	146/4	4,23	5,99	20,84	154,15
Batonas su sviestu (82 proc. rieš.) ir fermentiniu sūriu (45-50 proc. rieš.)	48	30/4/8,00	4,25	5,87	15,30	130,97
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,48</b>	<b>11,86</b>	<b>36,14</b>	<b>285,13</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiņa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių (bulvių, morkų, kopūstų) sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	61022	100,00	1,54	2,15	12,43	75,40
Ruginė duona	13617	20,00	1,22	0,20	9,12	43,16
Varškės (9 proc. rieš.) apkepas su manų kruopomis (tausojantis)	8782	110,00	16,97	10,54	19,11	239,16
Ekologiškas natūralus jogurtas iki 3,8 proc. su šaldytomis braškėmis	21085	30,00	0,93	0,80	1,50	16,92
Daržovių sūtinukai (agurkai, morkos, cukinijos)	24744	75,00	0,72	0,05	4,50	21,31
Vanduo su citrina	19110	150,00	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>21,44</b>	<b>13,75</b>	<b>47,24</b>	<b>398,46</b>

Vakariene 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiņa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su šaldytų daržovių mišiniu (tausojantis)	28625	120/15,0 0	6,43	8,51	25,90	205,95
Sezoniniai vaisiai	59694	90,00	0,81	0,36	8,73	41,40
Nesaldinta vaisinė arbata	19105	150,00	0,01	0,01	0,01	0,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,25</b>	<b>8,88</b>	<b>34,64</b>	<b>247,44</b>
<b>Iš viso diena:</b>			<b>37,16</b>	<b>34,48</b>	<b>118,01</b>	<b>930,98</b>



2 savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų ir sorų kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	29228	144/6,00	4,18	6,18	31,96	200,11
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.) ir agurku	11904	30/4/20,0 0	1,99	2,58	14,27	97,26
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>6,17</b>	<b>8,76</b>	<b>46,23</b>	<b>297,38</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su avinžirniais ir daržovėmis (tausojantis)	60773	100	2,15	2,63	14,51	90,28
Grietinė (30 proc. rieb.)	16236	10,00	0,26	3,00	0,27	29,12
Ruginė duona	223	40,00	2,44	0,40	18,24	86,32
Bulvių plokštainis	84	125,00	3,37	6,09	23,18	161,05
Grietinė (30 proc. rieb.)	18516	15,00	0,39	4,50	0,41	43,68
Agurkų, pomidorų, paprikų juostelės	20583	85,00	0,73	0,17	4,25	21,48
Vanduo su citrina	19110	150,00	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,41</b>	<b>16,81</b>	<b>61,39</b>	<b>434,45</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šaldytų daržovių troškiny su kalakutienos šlaunelių/kumpelių mėsa (tausojantis)	34318	50/50	13,66	10,64	5,51	172,52
Sezoniniai vaisiai	45626	90,00	0,9	0,36	21,06	91,08
Nesaldinta vaisinė arbata	19105	150,00	0,01	0,01	0,01	0,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>14,57</b>	<b>11,01</b>	<b>26,58</b>	<b>263,69</b>

**Iš viso diena: 30,15 36,58 134,20 995,52**



2 savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška avižinių dribsnių košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir cinamonu (tausojantis)	29229	145/4/1	5,73	6,70	22,00	171,28
Orkaitėje keptas obuolys su varške (9 proc. rieb.) (tausojantis)	4322	75/15	2,80	1,36	9,81	62,75
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,53</b>	<b>8,06</b>	<b>31,81</b>	<b>234,05</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba su daržovėmis (tausojantis) (augalinis)	46543	150,00	4,53	3,32	17,57	118,31
Kiaulienos sprandinės ir jautienos kumpio guliašas (tausojantis)	28628	70,00	11,20	10,67	2,25	149,84
Virti griekiai (tausojantis)	1581	70,00	3,15	0,78	17,33	88,88
Daržovių (agurkai, pomidorai, žiediniai kopūstai) salotos su ypač tyru aliejumi	67217	100,00	1,23	2,01	4,55	41,29
Vanduo su citrina	19110	150,00	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>20,17</b>	<b>16,8</b>	<b>42,24</b>	<b>400,84</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kepti varškės (9 proc. rieb.) ir daržovių blynai	24160	85/15	7,06	10,28	24,37	227,28
Natūralus jogurtas iki 3 proc. rieb.	12084	15,00	0,55	0,45	0,76	9,33
Sezoniniai vaisiai	47014	100,00	0,90	0,40	14,80	66,40
Nesaldinta vaisinė arbata	19105	150,00	0,01	0,01	0,01	0,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,52</b>	<b>11,14</b>	<b>39,94</b>	<b>303,10</b>
<b>Iš viso diena:</b>			<b>37,22</b>	<b>36,00</b>	<b>113,99</b>	<b>937,99</b>



2 savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška ryžių košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir džiovintais vaisiais (abrikosai)	27398	139/4/7	5,35	6,10	32,73	207,24
Sezoniniai vaisiai	27494	150,00	0,90	0,60	10,65	51,60
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>6,25</b>	<b>6,70</b>	<b>43,38</b>	<b>258,85</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	60774	100,00	1,12	2,11	9,55	61,73
Ruginė duona	223	40,00	2,44	0,40	18,24	86,32
Kepta garuose lašišos file (tausojantis)	14880	50,00	11,02	8,43	0,82	123,29
Keptų daržovių padažas (morkos, svogūnai)	3121	20,00	0,94	3,14	2,26	41,00
Kuskusas (tausojantis)	18266	70,00	1,34	0,89	8,06	45,58
Burokėlių, pupelių, svogūnų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi	423	75,00	2,83	2,01	10,84	72,80
Vanduo su citrina	19110	150,00	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>19,75</b>	<b>17,00</b>	<b>50,31</b>	<b>433,24</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bulvių košė (tausojantis)	29324	100,00	3,40	2,96	30,23	161,19
Kefyras (2,5 proc. rieb.)	19113	150,00	4,80	3,75	6,00	76,95
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>8,20</b>	<b>6,71</b>	<b>36,23</b>	<b>238,15</b>
<b>Iš viso diena:</b>			<b>34,20</b>	<b>30,41</b>	<b>129,92</b>	<b>930,24</b>



3 savaitė  
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir smulkintomis saulėgrąžomis (tausojantis)	29322	146/2/2	5,44	4,33	26,03	164,87
Batonas su sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45-50 proc. rieb.)	48	30/4/8,00	4,25	5,87	15,30	130,97
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,69</b>	<b>10,20</b>	<b>41,33</b>	<b>295,85</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	46549	100,00	2,48	2,12	9,94	68,78
Ruginė duona	13618	25,00	1,53	0,25	11,40	53,95
Perlinių kruopų troškiny su jautienos mente ir daržovėmis (tasusojantis)	7656	50/50	11,86	13,17	22,03	254,10
Baltagūžių/raugintų kopūstų salotos su morkomis ir ypač tyru alyvuogių aliejumi	50366	40,00	0,49	0,90	1,98	17,79
Pomidorai	19188	60,00	0,60	0,24	3,48	18,48
Vanduo su citrina	19110	150,00	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>17,02</b>	<b>16,70</b>	<b>49,37</b>	<b>415,62</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su obuoliais ir cinamonu (tausojantis)	14683	134/25/1	6,87	6,99	30,67	213,18
Sezoniniai vaisiai	18970	190,00	0,76	0,00	11,59	49,40
Nesaldinta vaisinė arbata	19105	150,00	0,01	0,01	0,01	0,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,64</b>	<b>7,00</b>	<b>42,27</b>	<b>262,67</b>
<b>Iš viso diena:</b>			<b>34,35</b>	<b>33,90</b>	<b>132,97</b>	<b>974,14</b>



3 savaitė  
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta pieniška manų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir cinamonu (tausojantis)	403	144/5/1	6,20	6,82	28,91	201,88
Vaisių asorti (bananai, vynuogės, melionai)	17402	95,00	0,65	0,18	14,23	61,14
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>6,85</b>	<b>7,00</b>	<b>43,14</b>	<b>263,03</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų sriuba su žirniais (augalinis) (tausojantis)	432	100,00	3,14	2,25	16,79	99,95
Ruginė duona	13617	20,00	1,22	0,20	9,12	43,16
Orkaitėje keptas vištienos šlaunelių/kumpelių mėsos maltinis (tausojantis)	25490	50,00	11,31	9,37	5,76	152,66
Bolivinės balandos košė su svogūnais ir morkomis (tausojantis)	18943	70,00	3,58	3,79	15,65	111,01
Daržovių (agurkų, pomidorų, paprikų) salotos su ypač tyru aluvuogių aliejumi	24161	85,00	0,74	1,08	4,26	29,67
Vanduo su citrina	19110	150,00	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>20,05</b>	<b>12,92</b>	<b>52,12</b>	<b>438,97</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių (bulvių, morkų, kopūstų) sriuba su kiaulienos sprandinės kukulaičiais (tausojantis)	61024	80/20,00	7,21	8,93	15,75	172,22
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.)	13612	30/3,00	1,85	2,76	13,70	87,04
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,06</b>	<b>11,69</b>	<b>29,45</b>	<b>259,26</b>

**Iš viso diena: 35,96 31,61 124,71 961,26**



3 savaitė  
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška penkių (avižių, kviečių, grikių, miežių, rugių) grūdų dribsnių košė su razinomis ir sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	12561	142/4/4	5,48	6,40	30,20	200,36
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.) ir pomidoru	90	30/4/20,00	2,05	3,66	14,87	100,62
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,53</b>	<b>10,06</b>	<b>45,07</b>	<b>300,99</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių sriuba su kuskusu (augalinis) (tausojantis)	61025	100,00	1,00	2,04	7,47	52,33
Ruginė duona	13617	20,00	1,22	0,20	9,12	43,16
Troškintos jautienos kumpio ir kiaulienos mentės kotletas (tausojantis)	5018	60,00	12,58	10,54	2,62	155,67
Virti ryžiai su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	4371	40,00	2,05	0,10	16,84	76,53
Morkų salotos su smulkintomi saulėgrąžomis ir alyvuogių aliejumi	50369	40,00	1,28	3,82	4,75	58,49
Agurkų, paprikų juostelės	14577	50,00	0,41	0,05	2,50	12,19
Vanduo su citrina	19110	150,00	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>18,60</b>	<b>16,77</b>	<b>43,84</b>	<b>400,89</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kepti varškėčiai (9 proc. rieb.)	17883	100,00	15,07	11,40	22,35	252,40
Natūralus jogurtas iki 3 poc. rieb. su šaldytomis/šviežiomis uogomis	16240	25,00	0,48	0,36	1,32	10,42
Sezoniniai vaisiai	34261	60,00	0,42	0,12	10,80	45,96
Nesaldinta vaisinė arbata	19105	150,00	0,01	0,01	0,01	0,09
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>15,98</b>	<b>11,89</b>	<b>34,48</b>	<b>308,87</b>
<b>Iš viso diena:</b>			<b>42,11</b>	<b>38,72</b>	<b>123,39</b>	<b>1010,75</b>





3 savaitė  
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška perlinių kruopų košė su sviestu (82 proc. riebi.) (tausojantis)	401	148/2	4,35	3,27	25,73	149,78
Orkaitėje kepti sumuštiniai su pomidoru ir fermentiniu sūriu (45-50 proc. riebi.) (tausojantis)	15860	30/20/10	5,32	6,55	19,02	156,23
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>9,67</b>	<b>9,82</b>	<b>44,75</b>	<b>306,02</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių sriuba su šaldytų daržovių mišiniu (tausojantis) (augalinis)	61026	100,00	1,45	1,40	11,57	64,66
Virtų bulvių blynai su varške (9 proc. riebi.) "Žemaičiai" (tausojantis)	24161	80/60	13,29	10,38	43,58	320,94
Natūralaus jogurto iki 3 proc. riebi, ir grietinės 30 proc. riebi. padažas	20945	8,00	0,25	1,32	0,31	14,13
Daržovių sūtinukai (agurkai, morkos, cukinijos)	20810	140,00	1,40	0,10	7,32	35,78
Vanduo su citrina	19110	150,00	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>16,45</b>	<b>13,22</b>	<b>63,32</b>	<b>438,03</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su kalakutienos file ir daržovėmis (tausojantis)	28639	125/20	12,44	11,85	26,22	261,31
Nesaldinta vaisinė arbata	19105	150,00	0,01	0,01	0,01	0,09
Sezoniniai vaisiai	47023	80,00	0,32	0,00	7,92	32,96
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>12,77</b>	<b>11,86</b>	<b>34,15</b>	<b>294,36</b>

**Iš viso diena: 38,89 34,90 142,22 1038,41**

3 savaitė  
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti kiaušiniai (tausojantis)	3548	60,00	7,62	6,54	0,54	91,50
Konservuoti žalieji žirneliai	16593	30,00	1,32	0,09	3,75	21,09
Natūralaus jogurto iki 3 proc. rieb, ir grietinės 30 proc. rieb. padažas	20945	8,00	0,25	1,32	0,31	14,13
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.)	13612	30/3,00	1,85	2,76	13,70	87,04
Sezoniniai vaisiai	47015	110,00	0,33	0,44	16,61	71,72
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150,00	0,00	0,00	0,00	0,01
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>11,37</b>	<b>11,15</b>	<b>34,91</b>	<b>285,49</b>

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	61027	100,00	0,66	2,04	5,25	42,10
Ruginė duona	13617	20,00	1,22	0,20	9,12	43,16
Keptas garuose laišos file ir lydekos file maltinukas (tausojantis)	19517	10/50	15,10	5,19	3,69	121,96
Keptų daržovių padažas (morkos, svogūnai)	3121	20,00	0,94	3,14	2,26	41,00
Bulvių košė (tausojantis)	16592	90,00	2,54	4,56	21,58	137,47
Pomidorų ir raugintų agurkų juostelės	64883	65,00	0,59	0,17	2,75	14,89
Agurkų juostelės	10533	40,00	0,28	0,00	1,12	5,60
Vanduo su citrina	19110	150,00	0,06	0,02	0,54	2,52
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>21,39</b>	<b>15,32</b>	<b>46,31</b>	<b>408,67</b>

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška avižinių dribsnių sriuba (tausojantis)	40	150	5,77	5,57	16,74	140,25
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.)	13620	30/5,00	1,85	4,40	13,72	101,90
<b>Iš viso maitinimui:</b>			<b>7,62</b>	<b>9,97</b>	<b>30,46</b>	<b>242,15</b>
<b>Iš viso diena:</b>			<b>40,38</b>	<b>36,44</b>	<b>111,68</b>	<b>936,31</b>