



Kauno lopšelis-darželis „Liepaitė“,

K. Genio g. 7, Kaunas

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

4-7 metų

Įstaigos darbo laikas

Nuo 6:30 iki 18:30 val.

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	22231	196/4	6,51	4,60	35,82	210,82
Sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir smulkintomis saulėgrąžomis	81	35/8/4	3,57	9,18	18,47	170,80
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			10,08	13,78	54,29	381,63

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	46554	150,00	1,33	1,07	12,54	65,24
Grietinė (30 proc. rieb.)	16253	10,00	0,26	3,00	0,27	29,12
Ruginė duona	224	45,00	2,74	0,45	20,52	97,11
Orkaitėje keptos maltos kiaulienos mentės ir kumpio lazdelės (tausojantis)	21704	75,00	11,35	13,33	8,99	201,28
Troškintos perlinės kruopos su morkomis ir svogūnais (tausojantis)	260	90,00	2,66	1,35	21,18	107,49
Baltagūžių/raugintų kopūstų salotos su morkomis ir ypač tyru alyvuogių aliejumi	67283	50,00	0,66	0,90	2,72	21,66
Švieži agurkai	24318	35,00	0,25	0,00	0,98	4,90
Vanduo su citrina	19120	200,00	0,08	0,02	0,74	3,52
Iš viso maitinimui:			19,33	20,12	67,86	530,32

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti varškėčiai (varškė 9 proc. rieb.) (tausojantis)	13931	130,00	18,33	8,30	39,76	307,09
Natūralaus jogurto iki 3 poc. rieb. ir šaldytomis/šviežiomis uogomis	20967	25,00	0,48	0,36	1,32	10,42
Sezoniniai vaisiai	47032	70,00	0,28	0,00	6,93	28,84
Nesaldinta vaisinė arbata	19115	200,00	0,01	0,01	0,01	0,17
Iš viso maitinimui:			19,10	8,67	50,72	346,52
Iš viso diena:			48,51	42,57	172,87	1258,47

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Perlinių kruopų košė su varškės sūriu (22 proc. rieb.) (tausojantis)	29373	140/1 0	5,57	2,62	25,71	148,70
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.), virta kalakutų filė ir agurku	15892	35/7/3 0/17	8,42	8,27	16,50	174,13
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			13,99	10,89	42,21	322,84

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bulvių sriuba su miežinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	46555	150,00	2,32	3,28	18,20	111,58
Ruginė duona	224	45,00	2,74	0,45	20,52	97,11
Garuose kepta vištienos kumpelių šlaunelių mėsa (tausojantis)	198	80,00	17,61	10,24	0,22	163,53
Troškinti ryžiai su ciberžole (tausojantis) (augalinis)	16596	80,00	2,15	1,42	19,60	99,76
Aisbergo, agurkų, paprikų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi	11486	90,00	0,83	1,90	2,98	32,43
Vanduo su citrina	19120	200,00	0,08	0,02	0,74	3,52
Iš viso maitinimui:			20,67	17,31	62,26	507,93

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su fermentiniu sūriu (45-50 proc. rieb.) (tausojantis)	4300	120/2 0	12,67	10,75	29,69	266,17
Sezoniniai vaisiai	53589	90,00	0,27	0,36	13,59	58,68
Nesaldinta vaisinė arbata	19115	200,00	0,01	0,01	0,01	0,17
Iš viso maitinimui:			12,95	11,12	43,29	325,02

Iš viso diena: 47,61 39,32 147,76 1155,79

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Omletas (tausojantis)	4616	80,00	10,36	10,31	8,55	168,50
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.)	13637	35/5,0 0	2,16	4,45	16,00	112,69
Konservuoti žalieji žirneliai	16606	40,00	1,76	0,12	5,00	28,12
Sezoniniai vaisiai	44536	95,00	0,85	0,09	11,11	48,73
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			15,13	14,97	40,66	358,05

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Lęšių, morkų, bulvių, svogūnų sriuba (augalinis) (tausojantis)	54381	150,00	3,82	2,18	14,09	91,21
Ruginė duona	224	45,00	2,74	0,45	20,52	97,11
Troškintas jautienos ir kiaulienos kumpių maltinukas (tausojantis)	28726	80,00	18,32	7,48	11,15	185,32
Virtos bulvės (tausojantis)	16597	75,00	1,52	0,08	14,92	66,43
Pomidorų, agurkų, porų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi	67444	90,00	0,85	3,82	3,84	53,23
Vanduo su citrina	19120	200,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			27,33	14,03	65,27	496,82

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bananinė duonelė (tausojantis)	10	100,00	5,30	8,74	33,35	233,32
Pienas (2,5 proc. rieb.)	22864	200,00	5,60	5,00	9,40	105,00
Iš viso maitinimui:			10,90	13,74	42,75	338,32
Iš viso diena:			53,36	42,74	148,68	1193,19

1 savaitė
 Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška trijų (avižių, miežių, kviečių) grūdų dribsnių košė su apelsiniais (tausojantis)	29409	174/2 6	6,84	3,01	32,02	182,56
Batonas su sviestu (82 proc. rieb.) ir varškės sūriu (22 proc. rieb.)	15902	35/7/1 2,00	5,48	9,04	17,85	174,73
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			12,32	12,05	49,87	357,30

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių, morkų, bulvių ir perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	46557	150,00	4,73	3,31	21,61	135,28
Virtų bulvių cepelinai su kalakutienos kumpelių/šlaunelių mėsa (tausojantis)	27159	150/5 0	13,62	7,48	41,38	287,36
Grietinė 30 proc. rieb.	16248	15,00	0,39	4,50	0,41	43,68
Šviežių agurkų/marinuotų, morkų, paprikų juostelės	3893	130,00	1,19	0,21	9,24	43,60
Vanduo su citrina	19120	200,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			20,01	15,52	73,39	513,44

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blynai su varške (9 proc. rieb.) ir obuoliais	17933	25/30/ 20	9,43	14,42	24,88	267,02
Natūralus jogurtas (iki 3 proc. rieb.)	4	15,00	0,55	0,45	0,76	9,33
Sezoniniai vaisiai	47035	140,00	0,98	0,00	15,54	66,08
Nesaldinta vaisinė arbata	19115	200,00	0,01	0,01	0,01	0,17
Iš viso maitinimui:			10,97	14,88	41,19	342,60
Iš viso diena:			43,30	42,45	164,45	1213,34



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)	29410	176/2 0/1/3	8,30	7,10	32,63	227,74
Sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.), virtu kiaušiniu ir agurku	15903	35/7/7	3,34	6,95	17,90	147,53
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			11,64	14,05	50,53	375,28

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)	46558	150,00	1,26	3,05	7,68	63,26
Ruginė duona	13633	30,00	1,83	0,30	13,68	64,74
Garuose keptas lydekos file maltinis su varške (9 proc. rieb.) (tausojantis)	19119	63/12, 00	19,17	8,54	4,72	172,46
Bulvių košė (tausojantis)	19214	100,00	2,86	5,39	24,74	158,94
Burokėlių, obuolių, svogūnų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi	426	90,00	1,22	2,81	8,27	63,21
Vanduo su citrina	19120	200,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			26,42	20,11	59,84	523,13

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)	43	200,00	7,65	10,89	31,62	255,07
Skrebutis	13636	10,00	1,20	0,32	10,26	48,72
Sezoniniai vaisiai	51319	90,00	0,54	0,09	9,99	42,93
Iš viso maitinimui:			9,39	11,30	51,90	346,72
Iš viso diena:			47,45	45,46	162,27	1245,13

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Grikių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	21730	145/5	5,07	5,34	27,76	179,36
Sezoniniai vaisiai	26894	100,00	0,70	0,60	13,00	60,20
Pienas (2,5 proc. rieb.)	22864	200,00	5,60	5,00	9,40	105,00
Iš viso maitinimui:			11,37	10,94	50,16	344,56

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių pomidorinė sriuba (augalinis) (tausojantis)	46561	150,00	1,26	3,10	10,81	76,24
Ruginė duona	224	45,00	2,74	0,45	20,52	97,11
Vištienos šlaunelių/kumpelių mėsos ir kuskuso troškiny su daržovėmis (tausojantis)	30804	70/80/ 26	15,65	14,15	13,44	243,65
Šviežių kopūstų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi	11080	60,00	0,84	2,73	2,58	38,24
Agurkų, morkų juostelės	13174	80,00	0,71	0,05	6,04	27,45
Vanduo su citrina	19120	200,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			21,28	20,50	54,14	486,21

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Blynai su obuoliais ir cinamonu	10542	120,00	9,20	14,37	48,76	361,17
Nesaldinta vaisinė arbata	19115	200,00	0,01	0,01	0,01	0,17
Iš viso maitinimui:			9,21	14,38	48,77	361,34
Iš viso diena:			41,86	45,82	153,07	1192,11

2 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška miežinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	40	145/5	6,95	7,12	36,13	236,36
Batonas su sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45-50 proc. rieb.)	49	35/5/1 0,00	5,12	7,28	17,87	157,50
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			12,07	14,40	54,00	393,87

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių (bulvių, morkų, kopūstų) sriuba su perlinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	61282	150,00	1,88	2,17	14,99	87,12
Ruginė duona	13634	25,00	1,53	0,25	11,40	53,95
Varškės (9 proc. rieb.) apkepas su manų kruopomis (tausojantis)	15022	145,00	22,24	13,48	26,46	316,19
Ekologiškas natūralus jogurtas iki 3,8 proc. su šaldytomis braškėmis	21086	40,00	1,18	1,01	2,01	21,85
Daržovių sūtinukai (agurkai, morkos, cukinijos)	24745	110,00	1,06	0,07	6,33	30,25
Vanduo su citrina	19120	200,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			27,97	17,00	61,94	512,88

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su šaldytų daržovių mišiniu (tausojantis)	15817	125/2 5	8,38	10,26	32,61	256,34
Sezoniniai vaisiai	4222	95,00	0,85	0,38	9,21	43,7
Nesaldinta vaisinė arbata	19115	200,00	0,01	0,01	0,01	0,17
Iš viso maitinimui:			9,24	10,65	41,83	300,21

Iš viso diena: 49,28 42,05 157,77 1206,96

2 savaitė
 Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kukurūzų ir sorų kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	29430	173/7	5,46	7,31	41,58	253,95
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.) ir agurku	11905	35/5/3 0,00	2,37	4,45	16,84	116,89
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			7,83	11,76	58,42	370,85

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Burokėlių sriuba su avinžirniais ir daržovėmis (tausojantis)	46561	150,00	2,69	3,25	18,43	113,84
Grietinė (30 proc. rieb.)	16253	10,00	0,26	3,00	0,27	29,12
Ruginė duona	224	45,00	2,74	0,45	20,52	97,11
Bulvių plokštainis	85	150,00	4,21	6,33	29,31	191,20
Grietinė (30 proc. rieb.)	21087	10,00	0,26	3,00	0,27	29,12
Agurkų, pomidorų, paprikų juostelės	24224	100,00	0,86	0,20	5,02	25,34
Vanduo su citrina	19120	200,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			11,10	16,25	74,57	489,25

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Šaldytų daržovių troškiny su kalakutienos šlaunelių/kumpelių mėsa (tausojantis)	34488	50/65	16,99	13,41	7,88	220,28
Sezoniniai vaisiai	53501	100,00	1,05	0,42	24,57	106,26
Nesaldinta vaisinė arbata	19115	200,00	0,01	0,01	0,01	0,17
Iš viso maitinimui:			18,05	13,84	32,46	326,71

Iš viso diena: 36,98 41,85 165,45 1186,81

2 savaitė
Ketvirtadienis

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 sviestu (82 proc. rieb.) ir cinamonu (tausojantis)	24163	174/5/ 1	8,25	8,76	33,10	244,31
Orkaitėje keptas obuolys su varške (9 proc. rieb.) (tausojantis)	4323	85/15	3,38	1,64	12,41	77,97
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			11,63	10,40	45,51	322,29

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pupelių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	46562	150,00	4,53	4,07	17,57	125,06
Kiaulienos sprandinės ir jautienos kumpio guliašas (tausojantis)	24802	85,00	13,47	13,12	5,15	192,52
Virti griekiai (tausojantis)	1582	90,00	5,04	1,24	27,72	142,20
Daržovių (agurkai, pomidorai, žiediniai kopūstai) salotos su ypač tyru aliejumi	67512	110,00	1,35	2,49	5,09	48,23
Vanduo su citrina	19120	200,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			24,47	20,94	56,28	511,53

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kepti varškės (9 proc. rieb.) ir daržovių blynai	17942	100/1 5,00	8,09	12,59	29,10	262,08
Natūralus jogurtas iki 3 proc. rieb.	12532	10,00	0,37	0,30	0,51	6,22
Sezoniniai vaisiai	26043	100,00	0,90	0,40	14,80	66,40
Nesaldinta vaisinė arbata	19115	200,00	0,01	0,01	0,01	0,17
Iš viso maitinimui:			9,37	13,30	44,42	334,87

Iš viso diena: 45,47 44,64 146,21 1168,69

2 savaitė
 Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška ryžių košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir džiovintais abrikosai	27399	165/7/ 8	6,35	8,69	43,67	278,28
Sezoniniai vaisiai	27495	180,00	1,08	0,72	12,78	61,92
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			7,43	9,41	56,45	340,21

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Agurkinė su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	46567	150,00	1,63	1,17	13,70	71,93
Ruginė duona	13634	25,00	1,53	0,25	11,40	53,95
Kepta garuose lašišos file (tausojantis)	14884	70,00	11,63	9,33	1,16	173,77
Keptų daržovių padažas (morkos, svogūnai)	16249	20,00	0,94	3,14	2,26	41,00
Kuskusas (tausojantis)	18267	80,00	1,57	2,12	9,45	63,27
Burokėlių, pupelių, svogūnų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi	34761	100,00	3,05	2,94	11,36	84,05
Vanduo su citrina	19120	200,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			20,43	18,97	50,08	491,49

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Bulvių košė (tausojantis)	20709	200,00	3,80	7,22	32,52	210,27
Kefyras 2,5 proc. Rieb.	19122	200,00	6,40	5,00	8,00	102,60
Iš viso maitinimui:			10,20	12,22	40,52	312,87
Iš viso diena:			38,06	40,60	147,05	1144,57

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)	29435	176/3/ 1	6,37	4,49	33,71	200,76
Batonas su sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45-50 proc. rieb.)	11905	35/5/9 ,00	4,83	7,03	17,84	154,16
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			11,20	11,52	51,55	354,93

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Žirnių sriuba (augalinis) (tausojantis)	46568	150,00	3,72	3,18	14,91	103,16
Ruginė duona	13633	30,00	1,83	0,30	13,68	64,74
Perlinių kruopų troškiny su jautienos mente ir daržovėmis (tausojantis)	7659	63/57	14,68	15,49	28,74	313,04
Baltagūžių/raugintų kopūstų salotos su morkomis ir ypač tyru alyvuogių aliejumi	67283	50,00	0,66	0,90	2,72	21,66
Pomidorai	19208	80,00	0,80	0,32	4,64	24,64
Vanduo su citrina	19120	200,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			21,77	20,21	65,44	530,76

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)	16463	149/3 0/1	8,39	8,59	36,97	258,85
Sezoniniai vaisiai	56453	200,00	0,80	0,00	12,20	54,00
Nesaldinta vaisinė arbata	19115	200,00	0,01	0,01	0,01	0,17
Iš viso maitinimui:			9,20	8,60	49,18	313,02
Iš viso diena:			42,17	40,33	166,17	1198,71



3 savaitė
 Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Tiršta pieniška manų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieš.) ir cinamonu (tausojantis)	22441	171/8/ 1	6,94	9,00	36,88	256,24
Vaisių asorti (bananai, vynuogės, melionai)	60089	80,00	0,82	0,24	18,37	78,91
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			7,76	9,24	55,25	335,16

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Miežinių kruopų sriuba su žirniais (augalinis) (tausojantis)	433	150,00	4,12	2,31	22,21	126,12
Ruginė duona	13633	30,00	1,83	0,30	13,68	64,74
Orkaitėje keptas vištienos šlaunelių/kumpelių mėsos maltinis (tausojantis)	25497	70,00	12,63	10,02	7,21	169,58
Bolivinės balandos košė su svogūnais ir morkomis (tausojantis)	18944	80,00	4,04	5,01	17,87	132,70
Daržovių (agurkų, pomidorų, paprikų) salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi	3987	80,00	0,68	2,90	3,69	43,66
Vanduo su citrina	19120	200,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			23,38	20,57	65,41	540,32

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių sriuba su kiaulienos sprandinės kukulaičiais (tausojantis)	61296	125/2 5	8,53	9,78	20,07	202,44
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieš.)	13637	35/5,0 0	2,16	4,45	16,00	112,69
Iš viso maitinimui:			10,69	14,23	36,70	315,13
Iš viso diena:			41,83	44,04	157,36	1190,61

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška penkių (avių, kviečių, grikių, miežių, rugių) grūdų dribsnių košė su razinomis ir sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	29436	170/5/ 5	6,41	6,79	35,01	226,80
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.) ir pomidoru	15917	35/5/3	2,41	4,55	17,45	120,39
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			8,82	11,34	52,46	347,20

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių sriuba su kuskusu (augalinis) (tausojantis)	46559	150,00	1,27	3,06	9,87	72,12
Ruginė duona	13633	30,00	1,83	0,30	13,68	64,74
Troškintos jautienos kumpio ir kiaulienos mentės kotletas (tausojantis)	21709	80,00	17,23	12,27	3,83	197,41
Virti ryžiai su prieskoninėmis žolelėmis (tausojantis)	4372	90,00	3,53	0,17	30,41	137,37
Morkų salotos su smulkintomis saulėgrąžomis ir alyvuogių aliejumi.	50381	60,00	1,40	3,65	6,00	62,43
Agurkų, paprikų juostelės.	14578	60,00	0,45	0,05	2,69	13,12
Vanduo su citrina	19120	200,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			25,79	19,52	67,23	550,71

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Kepti varškėčiai (9 proc. rieb.)	17944	110,00	16,76	14,04	27,58	303,69
Natūralaus jogurto iki 3 poc. rieb. ir šaldytomis/šviežiomis uogomis	20967	25,00	0,48	0,36	1,32	10,42
Sezoniniai vaisiai	47025	80,00	0,56	0,16	14,4	61,28
Nesaldinta vaisinė arbata	19115	200,00	0,01	0,01	0,01	0,17
Iš viso maitinimui:			17,81	14,57	43,31	375,56
Iš viso diena:			52,42	45,43	163,00	1273,47



3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška perlinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieš.) (tausojantis)	402	175/5	5,66	6,33	32,53	209,75
Orkaitėje kepti sumuštiniai su pomidoru ir fermentiniu sūriu (45-50 proc. rieš.) (tausojantis)	15918	35/20/ 11	5,56	7,61	19,04	167,01
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			11,22	13,94	51,57	376,77

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Ryžių sriuba su šaldytų daržovių mišiniu (tausojantis) (augalinis)	61297	150,00	1,90	1,56	14,93	81,43
Virtų bulvių blynais su varškė (9 proc. rieš.) "Žemaičiai" (tausojantis)	17945	95/65	14,75	16,54	47,64	398,51
Natūralaus jogurto iki 3 proc. rieš., ir grietinės 30 proc. rieš. padažas	21006	8,00	0,25	1,26	0,31	13,55
Daržovių suktinukai (agurkai, morkos, cukinijos)	20810	160,00	1,54	0,10	7,88	38,58
Vanduo su citrina	19120	200,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			18,52	19,48	71,51	535,59

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti makaronai su kalakutienos file ir daržovėmis (tausojantis)	30789	120/5 0	19,44	13,58	24,63	299,96
Sezoniniai vaisiai	47036	130,00	0,52	0,00	12,87	53,56
Nesaldinta vaisinė arbata	19115	200,00	0,01	0,01	0,01	0,17
Iš viso maitinimui:			19,97	13,59	37,51	353,69
Iš viso diena:			49,71	47,01	160,59	1266,05

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Virti kiaušiniai (tausojantis)	3551	80,00	10,16	8,72	0,72	122,00
Natūralaus jogurto iki 3 proc. riebi, ir grietinės 30 proc. riebi. padažas	21006	8,00	0,25	1,26	0,31	13,55
Ruginė duona su sviestu (82 proc. riebi.)	13637	35/5,00	2,16	4,45	16,00	112,69
Konservuoti žalieji žirneliai	16606	40,00	1,76	0,12	5,00	28,12
Sezoniniai vaisiai	47028	120,00	0,33	0,44	16,61	71,72
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			14,66	14,99	38,64	348,09

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	61298	150,00	0,90	3,07	6,47	57,08
Ruginė duona	13633	30,00	1,83	0,30	13,68	64,74
Keptas garuose lašišos file ir lydekos file maltinukas (tausojantis)	19593	15/65	16,84	6,62	3,73	141,97
Keptų daržovių padažas (morkos, svogūnai)	16249	20,00	0,94	3,14	2,26	41,00
Bulvių košė (tausojantis)	20811	110,00	2,86	5,39	24,74	158,94
Pomidorų ir raugintų agurkų juostelės	20179	70,00	0,62	0,16	2,70	14,72
agurkų juostelės	63283	45,00	0,31	0,00	1,26	6,30
Vanduo su citrina	19120	200,00	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			24,38	18,70	55,59	488,27

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavan deniai	Kilokalorijos (Kcal.)
Pieniška avižinių dribsnių sriuba (tausojantis)	765	200,00	7,85	7,44	24,92	198,04
Ruginė duona su sviestu (82 proc. riebi.)	13637	35/5,00 0	2,16	4,45	16,00	112,69
Iš viso maitinimui:			10,01	11,89	40,92	310,73
Iš viso diena:			49,05	45,58	135,15	1147,09