



Patvirtinta: 2024-04-26
Pradėta naudoti: 2024-04-29

Kauno lopšelis-darželis „Liepaitė“,

K. Genio g. 7, Kaunas

**15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO
VALGIARAŠTIS**

4 – 7 metų vaikams be kiaušinių

Įstaigos darbo laikas

Nuo 6:30 iki 18:30 val.

1 savaitė
Pirmadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos
Grikių kruopų košė su daržovėmis ir alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	34568	170/ 26/4	5,37	7,91	30,67	215,36
Sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir saulėgrąžų sėklomis	18736	35/7/4	3,56	8,37	18,46	133,37
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			8,93	16,28	49,14	378,74

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	72492	150	1,88	1,12	11,21	62,39
Grietinė (30 proc. rieb.)	16253	10	0,26	3,00	0,27	29,12
Ruginė duona	13634	25	1,53	0,25	11,40	53,95
Orkaitėje keptas maltos kiaulienos mentės ir kumpio maltinukas (tausojantis)	35200	33/37	12,58	13,84	4,41	192,51
Troškintos perlinės kruopos su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	260	85/15	2,96	1,39	23,54	118,50
Šviežių/raugintų baltagūžių kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi	80083	48,5/ 1,5	0,60	1,39	3,68	29,61
Švieži/rauginti agurkai	24318	40	0,28	0,00	1,12	5,60
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			20,17	21,00	56,37	495,20

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilo kalorijos
Virti varškėčiai (varškė 9 proc. rieb.) (tausojantis)	20408	140	17,19	7,32	39,68	293,37
Ekologiškas natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.) su šaldytomis/šviežiomis uogomis	24621	25/25	1,38	1,10	2,95	27,20
Vaisiai pagal sezoną	69790	100	0,30	0,30	12,10	52,30
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			18,94	8,74	55,37	375,90
Iš viso dienai:			48,03	46,02	160,88	1249,83

1 savaitė
 Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Perlinių kruopų košė su varške (9 proc. rieb.) (tausojantis)	35462	110/20	6,56	4,50	25,95	170,50
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.), virta kalakutų filė ir agurku	15892	35/7/ 38/20	10,07	8,41	16,59	132,38
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			16,63	12,91	42,54	352,89

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Sriuba su bulvėmis ir miežinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	46555	150	2,28	3,27	17,81	139,82
Ruginė duona su sėklomis	20880	45	4,10	1,85	20,88	116,51
Troškinta vištienos filė su žalumynais ir grietinėle (30-36 proc. rieb.) (tausojantis)	42117	84/3,5/ 12,5	23,19	4,43	2,59	142,99
Troškinti plikyti ryžiai su ciberžole (augalinis) (tausojantis)	23425	95	2,55	1,43	23,34	116,47
Lapinių salotų, ridikėlių, agurkų, krapų ir svogūnų laiškų salotos su alyvuogių aliejumi	78889	87/3	0,90	2,81	2,75	39,88
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			33,11	13,83	68,18	529,58

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Bolivinės balandos košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	34108	140/10	7,59	12,11	31,27	264,35
Vaisiai pagal sezoną	69749	120	0,84	0,24	21,60	91,92
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			8,50	12,36	53,51	359,30
Iš viso dienai:			58,24	39,10	164,23	1241,76

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Sorų kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	34107	153/7	6,84	8,02	39,50	257,57
Vaisiai pagal sezoną	69766	135	1,22	0,14	15,80	69,26
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			8,13	8,18	55,94	329,86

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Lęšių ir daržovių sriuba su krapais (augalinis) (tausojantis)	54381	150	4,63	2,23	15,80	101,74
Ruginė duona	224	45	2,75	0,45	20,52	97,11
Jautienos ir kiaulienos kumpių maltinukas (tausojantis)	35214	40/40	16,67	6,38	7,66	154,75
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	23435	75	1,64	0,08	16,15	71,91
Pomidorų, agurkų, porų ir krapų salotos su alyvuogių aliejumi	67444	91/4	0,91	3,84	4,00	54,19
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Liofilizuotos uogos	69306	16	1,44	0,32	5,44	30,40
Iš viso maitinimui:			28,11	13,32	70,33	513,62

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Žirnių ir daržovių troškiny (tausojantis)	28161	50/115	9,48	9,21	38,30	274,02
Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)	2945	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			14,82	13,37	38,39	333,15
Iš viso dienai:			51,06	34,86	164,65	1176,63

1 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Iėseiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pieniėška trijų grūdų (aviėžu, mieėžu, kvieėčių) driebėnių koėė su cinamonu (tausojantis)	34627	169/1	6,09	2,52	28,83	162,35
Sumuėštinis su sviestu (82 proc. rieė.) ir ekologiėšku varėkės sūriu (13 proc. rieė.)	19090	35/7/28	8,29	10,05	18,67	198,23
Nesaldinta vaistaėolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iė viso maitinimui:			14,38	12,56	47,50	360,59

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Iėseiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Darėovių ir perlėnių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	46557	150	4,74	3,32	21,62	135,28
Virtų bulvių cepelinai su kalakutėnos kumpelių/ėlaunelių mėsa (tausojantis)	42517	145/55	13,48	7,26	49,59	317,64
Grietinė (30 proc. rieė.)	16248	15	0,39	4,50	0,41	43,68
ėvieėzių/konservuotų agurkų, morkų ir paprikų juostelės	3893	105	0,94	0,11	7,80	35,90
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iė viso maitinimui:			19,63	15,21	80,15	536,02

Vakariėnė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Iėseiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Varėkė (9 proc. rieė.) su bananais	21233	100/100	17,70	9,40	25,40	257,00
Ekologiėškas natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieė.)	24770	30	1,29	1,14	1,44	21,18
Vaisiai pagal sezoną	20483	100	0,70	0,30	11,50	51,50
Nesaldinta vaistaėolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iė viso maitinimui:			19,76	10,86	38,98	332,71
Iė viso dienai:			53,78	38,63	166,64	1229,33

1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pieniška avižinių dribsnių košė su obuoliais, cinamonu ir sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	29410	176/ 20/1/3	8,31	7,12	32,84	228,65
Sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir agurku	18401	35/7 /15	2,77	6,41	18,08	141,03
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			11,15	13,54	51,56	372,71

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Kopūstų sriuba su bulvėmis ir petražolėmis (augalinis) (tausojantis)	46558	150	1,29	3,06	7,62	63,21
Ruginė duona	13633	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Garuose keptas lydekos filė maltinis su varške (9 proc. rieb.) (tausojantis)	22611	63/12	18,31	8,06	4,70	164,60
Bulvių košė (tausojantis)	19214	100	2,92	5,44	24,83	159,99
Aisbergo salotos su paprikomis, agurkais, porais ir krapais	80217	95	0,99	3,05	4,20	48,22
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			25,41	19,94	55,79	504,28

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pieniška miltinių kukulaičių sriuba (tausojantis)	71199	200	7,13	7,99	31,57	226,67
Skrebutis	13636	10	1,50	0,38	10,06	49,66
Vaisiai pagal sezoną	69792	100	0,60	0,10	11,10	47,70
Liofilizuotos uogos	69071	16	0,64	0,64	6,72	35,20
Iš viso maitinimui:			9,87	9,11	59,45	359,23
Iš viso dienai:			46,43	42,59	166,80	1236,21



2 savaitė
 Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Grikių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	21730	174/6	5,07	6,16	27,77	186,79
Sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir saulėgražų sėklomis	18851	35/5/5	3,78	7,22	18,65	154,61
Vaisiai pagal sezoną	70081	180	0,72	0,00	10,98	46,80
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			9,57	13,38	57,39	388,22

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pomidorinė sriuba (augalinis) (tausojantis)	72851	150	1,66	6,19	14,81	121,61
Ruginė duona	224	45	2,75	0,45	20,52	97,11
Garuose kepta vištienos kumpelių šlaunelių mėsa (tausojantis)	41566	80	19,59	9,48	0,03	163,78
Biri ryžių košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	35173	84/1	2,47	1,10	22,63	110,32
Šviežių/raugintų baltagūžių kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi	80083	48,5/ 1,5	0,60	1,39	3,68	29,61
Švieži/rauginti agurkai	24318	40	0,28	0,00	1,12	5,60
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			27,43	18,63	63,53	531,55

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Žirnių ir daržovių troškinys (tausojantis)	28234	165	9,48	9,21	38,30	274,02
Liofilizuotos uogos	69306	16	1,44	0,32	5,44	30,40
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			10,92	9,53	43,75	304,43
Iš viso dienai:			47,91	41,54	164,67	1224,20

2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Miežinių kruopų košė su morkomis ir moliūgų sėklomis (augalinis) (tausojantis)	35192	171/ 17/12	6,67	6,32	36,75	230,59
Vaisių asorti pagal sezoną	20530	120	0,88	0,44	20,12	87,96
Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)	2945	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			12,89	10,92	56,95	377,68

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Daržovių sriuba su perlinėmis kruopomis ir kiaulienos mente (tausojantis)	71925	118/ 12/20	5,13	7,53	15,15	148,89
Ruginė duona su sėklomis	20895	45	4,10	1,85	20,88	116,51
Bulvių plokštainis (tausojantis)	28235	150	3,68	5,90	29,12	184,31
Grietinė (30 proc. rieb.)	24488	20	0,52	6,00	0,54	58,24
Daržovių (agurkų, morkų, ridikėlių) rinkinukas	23788	90	0,83	0,05	4,81	23,02
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			14,35	21,34	71,25	534,48

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Varškė (9 proc. rieb.) su šviežiomis/šaldytomis uogomis ir graikišku jogurtu (iki 0,2 proc. rieb.)	21235	100/ 50/50	21,55	9,30	11,73	216,80
Vaisiai pagal sezoną	47037	120	1,20	0,48	28,08	121,44
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			22,82	9,80	40,45	341,27
Iš viso dienai:			50,06	42,06	168,65	1253,44

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Kukurūzų ir sorų kruopų košė su alyvuogių aliejumi, džiovintomis figomis ir cinamonu (tausojantis) (augalinis)	34475	186/8 /15/1	5,09	8,34	42,16	264,01
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.) ir agurku	11905	35/6 /29	2,37	5,27	16,82	124,18
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			7,46	13,61	58,98	388,20

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Burokėlių sriuba su avinžirniais ir daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	61287	150	3,14	3,29	17,00	110,16
Grietinė (30 proc. rieb.)	16253	10	0,26	3,00	0,27	29,12
Ruginė duona	13634	25	1,53	0,25	11,40	53,95
Vištienos filė ir daržovių blynėliai	42523	65/65	18,67	5,35	10,61	165,24
Ekologiško natūralaus jogurto (iki 3,8 proc. rieb.) ir žalumynų (krapų, petražolių) padažas	24602	32,5 /2,5	1,46	1,17	2,04	24,54
Troškinti plikyti ryžiai su ciberžole (augalinis)	23425	95	2,55	1,43	23,34	116,47
Daržovių lazdelės (agurkai, morkos, kopūstas)	27842	75	0,78	0,03	4,38	20,82
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			28,48	14,55	69,85	524,20

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Daržovių ir kalakutienos šlaunelių/kumpelių mėsos troškiny (tausojantis)	42371	135/65	18,79	12,74	19,73	268,77
Vaisiai pagal sezoną	70280	200	1,40	0,40	12,00	57,20
Liofilizuotos uogos	51092	16	1,22	0,59	8,10	42,58
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			21,41	13,74	39,83	368,56
Iš viso dienai:			57,34	41,89	168,65	1280,97

2 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pieniška avižinių dribsnių košė su sviestu (82 proc. rieb.), cinamonu ir razinomis (tausojantis)	34960	180/7 /1/12	9,62	11,05	42,25	306,96
Orkaitėje keptas obuolys su varškės (9 proc. rieb.) įdaru (tausojantis)	25960	82/18	3,39	1,64	13,00	80,33
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			13,09	12,71	55,89	390,32

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pupelių ir daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	73081	200	4,64	4,33	18,26	130,60
Jautienos kumpio ir kiaulienos sprandinės guliašas (tausojantis)	24802	47,5/ 37,5	15,63	15,42	2,77	212,34
Virti griekiai (tausojantis)	23797	100	4,41	1,09	24,26	124,43
Daržovių (agurkų, pomidorų, žiedinių kopūstų) salotos su alyvuogių aliejumi ir moliūgų sėklomis	79972	105,5/ 2,5/7	2,59	3,82	8,61	79,13
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			27,35	24,67	54,65	550,02

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Kepti varškės (9 proc. rieb.) ir daržovių blynai	20426	100/15	8,49	12,51	30,45	268,33
Graikiško jogurto (iki 0,2 proc. rieb.) ir žalumynų (krapų, petražolių) padažas	24502	32,5 /2,5	2,87	0,09	1,83	19,62
Vaisiai pagal sezoną	69337	120	1,08	0,48	17,76	79,68
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			12,44	13,08	50,04	367,65
Iš viso dienai:			52,88	50,46	160,58	1307,98

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pieniška ryžių košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir džiovintais abrikosais	35232	184/6 /10	6,30	7,76	43,09	267,37
Ruginė duona su sėklomis, sviestu (82 proc. rieb.), agurku ir krapais	91	30/5 /24/1	2,96	5,34	14,70	118,71
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			9,26	13,10	57,80	386,08

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	46567	150	1,63	2,68	13,26	83,65
Ruginė duona	13634	25	1,53	0,25	11,40	53,95
Garuose keptas lašišos filė kepsnys (tausojantis)	23314	90	23,30	16,92	1,06	249,72
Kuskuso kruopų košė su daržovėmis ir krapais (augalinis) (tausojantis)	24009	70/ 19/1	1,93	3,12	12,09	84,17
Aisbergo salotų, ridikėlių, agurkų, krapų ir svogūnų laiškų salotos su alyvuogių aliejumi	80896	87/3	0,92	2,81	3,07	41,28
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			29,39	25,80	41,63	516,28

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Bulvių košė (tausojantis)	20709	180	3,80	7,22	32,52	210,28
Kefyras/rūgpienis (2,5 proc. rieb.)	19122	200	6,40	5,00	8,00	102,60
Vaisiai pagal sezoną	49940	80	0,80	0,32	18,72	80,96
Iš viso maitinimui:			11,00	12,54	59,24	393,84
Iš viso dienai:			49,65	51,44	158,67	1296,20



3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir smulkintomis saulėgrąžomis (tausojantis)	29435	172/ 4/4	7,28	7,27	34,52	232,64
Orkaitėje keptas sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45-50 proc. rieb.)	49	35/5 /10	5,12	7,29	17,87	157,50
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			12,47	14,57	53,03	393,17

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Žirnių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	46568	150	3,92	3,19	15,10	104,79
Ruginė duona	13634	25	1,53	0,25	11,40	53,95
Perlinių kruopų troškiny su jautienos mente ir daržovėmis (tausojantis)	7659	110/ 60/30	15,64	16,67	32,37	342,06
Šviežių/raugintų baltagūžių kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi	80083	48,5/ 1,5	0,60	1,39	3,68	29,61
Pomidorai	27924	50	0,50	0,20	2,90	15,40
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			22,27	21,72	66,19	549,33

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (augalinis) (tausojantis)	28102	200	4,12	7,49	39,60	242,28
Kefyras/rūgpienis (2,5 proc. rieb.)	19122	200	6,40	5,00	8,00	102,60
Vaisiai pagal sezoną	70296	90	0,27	0,27	10,89	47,07
Iš viso maitinimui:			10,79	12,76	58,49	391,95
Iš viso dienai:			45,53	49,06	177,71	1334,46

3 savaitė
 Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Tiršta pieniška manų kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir cinamonu (tausojantis)	34502	243/6/1	8,87	8,16	42,23	277,89
Trintos šaldytos/šviežios uogos	24251	25	0,15	0,09	4,17	18,10
Vaisių asorti pagal sezoną	60089	115	0,79	0,22	17,51	75,16
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			9,82	8,47	63,91	371,16

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Miežinių kruopų ir daržovių sriuba su petražolėmis (augalinis) (tausojantis)	433	150	4,17	3,33	22,07	134,93
Ruginė duona	13634	25	1,53	0,25	11,40	53,95
Orkaitėje keptas vištienos šlaunelių/kumpelių mėsos maltinis (tausojantis)	40642	70	13,94	9,16	3,60	152,63
Bolivinės balandos košė su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	18944	70/15	4,26	4,64	18,38	132,32
Lapinių salotų, ridikėlių, agurkų, krapų ir svogūnų laiškų salotos su alyvuogių aliejumi	78889	87/3	0,90	2,81	2,75	39,88
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			24,87	20,22	58,95	517,24

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Daržovių sriuba su kiaulienos sprandinės kukulaičiais (tausojantis)	71248	150	9,58	12,41	21,14	234,61
Ruginė duona su sėklomis ir sviestu (82 proc. rieb.)	20897	25/5	2,30	5,13	11,64	101,89
Liofilizuotos uogos	69071	16	0,64	0,64	6,72	35,20
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			12,52	18,18	39,50	371,71
Iš viso dienai:			47,21	46,87	162,36	1260,11



3 savaitė
 Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pieniška penkių grūdų (avižų, kviečių, grikių, miežių, rugių) dribsnių košė su razinomis ir sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	29436	170/ 5/5	6,72	7,05	36,17	234,97
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.), virta vištienos file ir agurku	19088	30/6/ 45/19	12,03	5,22	14,31	152,31
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			18,75	12,27	50,48	387,29

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Daržovių sriuba su kuskusu ir petražolėmis (augalinis) (tausojantis)	72214	150	1,29	2,57	9,30	65,53
Ruginė duona	13634	25	1,53	0,25	11,40	53,95
Troškintas jautienos kumpio ir kiaulienos mentės maltinukas (tausojantis)	33850	43/37	16,28	12,86	3,64	195,43
Virti ryžiai su prieskoninėmis žolelėmis (augalinis) (tausojantis)	4372	80	3,53	0,17	30,42	137,37
Morkų salotos su saulėgrąžų sėklomis ir alyvuogių aliejumi	50381	50/5/2	1,63	4,32	6,20	70,18
Agurkų ir paprikų juostelės	14578	55	0,44	0,06	2,63	12,80
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			24,78	20,25	64,34	538,78

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Kepti varškėčiai (varškė 9 proc. rieb.)	20427	110	16,85	13,98	25,97	297,04
Graikiškas jogurtas (iki 0,2 proc. rieb.) su šviežiomis/šaldytais uogomis	24237	25/20	2,39	0,13	2,11	19,15
Vaisiai pagal sezoną	47025	80	0,56	0,16	14,40	61,28
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			19,87	14,28	43,12	380,49
Iš viso dienai:			63,40	46,80	157,94	1306,56



3 savaitė

Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pieniška perlinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	402	176/4	5,66	5,51	32,52	202,32
Grūdėta varškė	5977	125	15,00	8,75	3,38	152,25
Trintos šaldytos/šviežios uogos	24251	25	0,15	0,09	4,17	18,10
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			20,82	14,35	40,07	372,68

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Sriuba su įvairių daržovių mišiniu (tausojantis) (augalinis)	61297	150	2,09	2,02	15,09	86,85
Virtų bulvių blynai "Žemaičiai" su kiaulienos sprandine (tausojantis)	34659	130/70	14,24	17,09	42,81	382,01
Graikiško jogurto (iki 0,2 proc. rieb.) ir grietinės (30 proc. rieb.) padažas	24545	11/9	1,22	2,72	0,69	32,17
Daržovių lazdelės (agurkai, morkos, kopūstas)	27842	75	0,78	0,03	4,38	20,82
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			18,41	21,87	63,72	525,38

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Sorų kruopų košė su ypač tyru alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	34107	153/7	6,84	8,02	39,50	257,57
Vaisiai pagal sezoną	47031	110	0,99	0,11	12,87	56,43
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			7,90	8,15	53,01	317,03
Iš viso dienai:			47,13	44,37	156,81	1215,09

3 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Biri grikių košė su alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	34152	147/3	6,05	4,48	32,98	196,43
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieב.)	13627	35/5	2,16	4,45	16,00	112,69
Vaisiai pagal sezoną	47028	200	0,60	0,60	24,20	104,60
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			8,88	9,55	73,83	416,75

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Daržovių sriuba su petražolėmis (augalinis) (tausojantis)	72218	150	1,01	2,58	7,34	56,63
Ruginė duona	13633	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Garuose keptas lašišos filė ir lydekos filė maltinukas (tausojantis)	22632	27/53	21,37	8,23	5,18	180,20
Bulvių košė (tausojantis)	19214	100	2,92	5,44	24,83	159,99
Aisbergo salotos su paprikomis, agurkais, porais ir krapais	80217	95	0,99	3,05	4,20	48,22
Vanduo su citrina	19120	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			28,19	19,62	55,98	513,30

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pieniška avižinių dribsnių sriuba (tausojantis)	765	200	8,12	6,87	25,39	195,85
Ruginė duona su sėklomis ir sviestu (82 proc. rieב.)	20702	35/6	3,22	6,36	16,29	135,21
Liofilizuotos uogos	69306	16	1,44	0,32	5,44	30,40
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			12,78	13,55	47,12	361,47
Iš viso dienai:			49,85	42,71	176,92	1291,52