



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

Kauno lopšelis-darželis „Liepaitė“

K. Genio g. 7, Kaunas

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

1-3 metų vaikams

Įstaigos darbo laikas:

6:30 - 18:30 val.

1 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Grikių kruopų košė su daržovėmis ir alyvuogių aliejumi (tausojantis) (augalinis)	34567	130/ 17/3	4,00	6,68	22,79	167,31
Sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir saulėgrąžų sėklomis	18735	30/5/3	2,95	6,14	15,73	129,98
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			6,95	12,82	38,53	297,30

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	72491	100	1,21	1,08	6,74	41,48
Grietinė (30 proc. rieb.)	16236	10	0,26	3,00	0,27	29,12
Ruginė duona	13617	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Orkaitėje keptas maltos kiaulienos mentės ir kumpio maltinukas (tausojantis)	21698	28/32	12,08	12,04	7,89	188,23
Troškintos perlinės kruopos su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	20533	75/10	2,44	1,32	19,45	99,44
Šviežių/raugintų baltagūžių kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi	80082	39/1	0,48	0,93	2,94	22,05
Švieži/rauginti agurkai	19187	30	0,21	0,00	0,84	4,20
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			17,96	18,58	47,78	430,19

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Virti varškėčiai (varškė 9 proc. rieb.) (tausojantis)	13926	120	14,62	6,62	31,86	245,47
Ekologiškas natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.) su šaldytomis/šviežiomis uogomis	24620	20/20	1,10	0,88	2,36	21,76
Vaisiai pagal sezoną	69789	80	0,24	0,24	9,68	41,84
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	19106	150	0,05	0,01	0,43	2,02
Iš viso maitinimui:			16,01	7,75	44,33	311,09
Iš viso dienai:			40,92	39,15	130,63	1038,58

1 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Perlinių kruopų košė su varške (9 proc. rieb.) (tausojantis)	35460	85/15	5,27	3,53	22,20	141,63
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.), virta kalakutų filė ir agurku	15861	30/5/ 35/20	9,14	5,03	14,28	138,93
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			14,40	8,56	36,48	280,57

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Sriuba su bulvėmis ir miežinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	46535	100	1,48	2,18	11,66	72,17
Ruginė duona su sėklomis	20879	40	3,64	1,64	18,56	103,56
Troškinta vištienos filė su žalumynais ir grietinėle (30-36 proc. rieb.) (tausojantis)	42116	67/3/ 10	18,56	3,54	2,11	114,56
Troškinti plikyti ryžiai su ciberžole (augalinis) (tausojantis)	23426	80	2,12	1,11	19,40	96,07
Lapinių salotų, ridikėlių, agurkų, krapų ir svogūnų laiškų salotos su alyvuogių aliejumi	78789	78/2	0,79	1,89	2,43	29,91
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			26,65	10,38	54,70	418,79

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Virti makaronai su fermentiniu sūriu (45-50 proc. rieb.) (tausojantis)	12261	100/20	11,11	9,61	23,83	226,23
Vaisiai pagal sezoną	69791	100	0,70	0,20	18,00	76,60
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	19106	150	0,05	0,01	0,43	2,02
Iš viso maitinimui:			11,86	9,82	42,26	304,85
Iš viso dienai:			52,91	28,76	133,43	1004,21

1 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Omletas (tausojantis)	5281	75	9,20	9,09	9,66	157,24
Ruginė duona su sėklomis	20881	25	2,28	1,03	11,60	64,73
Konservuoti žalieji žirneliai	16593	30	1,32	0,09	3,75	21,09
Vaisiai pagal sezoną	68839	100	0,90	0,10	11,70	51,30
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	19106	150	0,05	0,01	0,43	2,02
Iš viso maitinimui:			13,75	10,32	37,14	296,38

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Lęšių ir daržovių sriuba su krapais (augalinis) (tausojantis)	72559	100	3,67	1,68	12,39	79,36
Ruginė duona	19728	40	2,44	0,40	18,24	86,32
Jautienos ir kiaulienos kumpių maltinukas (tausojantis)	28430	30/30	13,76	5,64	8,30	139,03
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	23434	60	1,30	0,07	12,81	57,01
Pomidorų, agurkų, porų ir krapų salotos su alyvuogių aliejumi	58766	62/3	0,62	2,87	2,74	39,25
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Liofilizuotos uogos	66070	14	1,26	0,28	4,76	26,60
Iš viso maitinimui:			23,12	10,95	59,77	430,08

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Žirnių ir daržovių troškiny (tausojantis)	28160	40/100	7,76	6,48	30,57	211,66
Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)	8058	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			13,10	10,64	30,65	270,80
Iš viso dienai:			49,96	31,90	127,57	997,26

1 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pieniška trijų grūdų (avižų, miežių, kviečių) dribsnių košė su cinamonu (tausojantis)	34626	129/1	4,95	1,91	24,36	134,42
Sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir ekologišku varškės sūriu (13 proc. rieb.)	19089	30/6/ 20	6,68	8,19	18,37	173,86
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			11,62	10,10	42,73	308,29

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Daržovių ir perlinių kruopų sriuba (augalinis) (tausojantis)	46538	100	3,09	2,21	14,97	92,16
Virtų bulvių cepelinai su kalakutienos kumpelių/šlaunelių mėsa (tausojantis)	28431	110/50	13,09	6,48	43,28	283,82
Grietinė (30 proc. rieb.)	16236	10	0,26	3,00	0,27	29,12
Šviežių/konservuotų agurkų, morkų ir paprikų juostelės	3528	95	0,85	0,10	6,91	31,86
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			17,35	11,80	65,96	439,49

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Blynai su varške (9 proc. rieb.) ir bananais	20781	30/25/ 20	9,29	11,08	29,05	253,03
Ekologiškas natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.)	24769	20	0,86	0,76	0,96	14,12
Vaisiai pagal sezoną	70255	80	0,56	0,24	9,20	41,20
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	19106	150	0,05	0,01	0,43	2,02
Iš viso maitinimui:			10,76	12,09	39,64	310,37
Iš viso dienai:			39,73	33,99	148,33	1058,15

1 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pieniška avižinių dribsnių košė su obuoliais, cinamonu ir sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	29131	132/ 15/1/2	6,23	5,13	24,78	170,17
Sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.), virtu kiaušiniu ir agurku	18729	30/4/ 16/10	4,37	5,59	15,55	130,02
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	19106	150	0,05	0,01	0,43	2,02
Iš viso maitinimui:			10,65	10,73	40,75	302,21

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Kopūstų sriuba su bulvėmis ir petražolėmis (augalinis) (tausojantis)	46539	100	0,87	2,04	5,02	41,97
Ruginė duona	13617	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Garuose keptas lydekos filė maltinis su varške (9 proc. rieb.) (tausojantis)	19118	50/10	15,71	6,95	3,80	140,57
Bulvių košė (tausojantis)	16592	80	2,54	4,56	21,58	137,47
Aisbergo salotos su paprikomis, agurkais, porais ir krapais	63556	75	0,78	2,38	3,28	37,68
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			21,17	16,14	43,34	403,36

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pieniška miltinių kukulaičių sriuba (tausojantis)	42	160	7,19	6,56	29,66	206,48
Skrebutis	13619	8	1,13	0,29	7,55	37,24
Vaisiai pagal sezoną	35472	70	0,42	0,07	7,77	33,39
Liofilizuotos uogos	69069	14	0,56	0,56	5,88	30,80
Iš viso maitinimui:			9,30	7,48	50,85	307,92
Iš viso dienai:			41,12	34,36	134,94	1013,49

2 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Grikių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	21729	145/5	3,81	5,03	20,83	143,81
Sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir tarkuotu virtu kiaušiniu	18625	30/4/18	4,57	5,82	15,35	132,00
Vaisiai pagal sezoną	70080	150	0,60	0,00	9,15	39,00
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			8,97	10,85	45,33	314,82

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pomidorinė sriuba (augalinis) (tausojantis)	72850	100	1,35	5,15	12,08	100,11
Ruginė duona	19728	40	2,44	0,40	18,24	86,32
Garuose kepta vištienos kumpelių šlaunelių mėsa (tausojantis)	41563	65	16,03	7,62	0,02	132,75
Biri ryžių košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	35170	69/1	2,06	0,92	18,86	91,93
Šviežių/raugintų baltagūžių kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi	80082	39/1	0,48	0,93	2,94	22,05
Švieži/rauginti agurkai	19187	30	0,21	0,00	0,84	4,20
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			22,62	15,04	53,51	439,88

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Blynai su obuoliais ir cinamonu	16316	79/20/1	6,85	10,55	36,75	269,36
Ekologiškas natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.)	24769	20	0,86	0,76	0,96	14,12
Liofilizuotos uogos	66070	14	1,26	0,28	4,76	26,60
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			8,97	11,59	42,47	310,09
Iš viso dienai:			40,56	37,48	141,31	1064,79

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)	35178	125/ 15/10	5,22	5,31	28,34	181,99
Vaisių asorti pagal sezoną	20529	90	0,66	0,33	15,09	65,97
Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)	8058	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			11,22	9,80	43,51	307,10

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)	71928	105/ 10/15	4,17	5,63	12,70	118,12
Ruginė duona su sėklomis	20894	35	3,19	1,44	16,24	90,62
Bulvių plokštainis (tausojantis)	27870	125	3,43	6,18	22,84	160,68
Grietinė (30 proc. rieb.)	24006	15	0,39	4,50	0,41	43,68
Daržovių (agurkų, morkų, ridikėlių) rinkinukas	23789	70	0,65	0,04	3,72	17,81
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			11,88	17,79	56,44	433,42

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Varškės (9 proc. rieb.) apkepas su manų kruopomis (tausojantis)	20684	100/ 20	16,92	10,49	20,07	242,43
Graikiškas jogurtas (iki 0,2 proc. rieb.) su šviežiomis/šaldytomis uogomis	24226	20/15	1,91	0,10	1,63	15,04
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	19106	150	0,05	0,01	0,43	2,02
Iš viso maitinimui:			18,88	10,61	22,13	259,49
Iš viso dienai:			41,98	38,20	122,08	1000,01

2 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Kukurūzų ir sorų kruopų košė su alyvuogių aliejumi, džiovintomis figomis ir cinamonu (tausojantis) (augalinis)	34473	143/6 /10/1	3,87	6,24	31,77	198,78
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.) ir agurku	11904	30/5 /20	2,00	4,40	14,28	104,70
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			5,87	10,64	46,06	303,49

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Burokėlių sriuba su avinžirniais ir daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	60773	100	2,52	2,65	13,23	86,86
Grietinė (30 proc. rieb.)	16236	10	0,26	3,00	0,27	29,12
Ruginė duona	13617	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Vištienos filė apkepas (tausojantis)	42139	100	15,53	5,57	8,07	144,48
Ekologiško natūralaus jogurto (iki 3,8 proc. rieb.) ir žalumynų (krapų, petražolių) padažas	24601	26,5 /1,5	1,19	0,97	1,61	19,90
Troškinti plikyti ryžiai su ciberžole (augalinis)	23426	80	2,12	1,11	19,40	96,07
Daržovių lazdelės (agurkai, morkos, kopūstas)	27841	60	0,62	0,02	3,50	16,66
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			23,51	13,54	55,72	438,77

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Daržovių ir kalakutienos šlaunelių/kumpelių mėsos troškiny (tausojantis)	42404	100/50	15,12	9,84	15,66	211,69
Vaisiai pagal sezoną	27494	150	1,05	0,30	9,00	42,90
Liofilizuotos uogos	51091	14	1,06	0,52	7,08	37,25
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			17,24	10,66	31,75	291,86
Iš viso dienai:			46,62	34,84	133,53	1034,11

2 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pieniška avižinių dribsnių košė su sviestu (82 proc. rieb.), cinamonu ir razinomis (tausojantis)	34959	134/5 /1/10	7,50	8,23	33,34	237,47
Orkaitėje keptas obuolys su varškės (9 proc. rieb.) įdaru (tausojantis)	20919	65/15	2,80	1,37	10,10	63,92
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	19106	150	0,05	0,01	0,43	2,02
Iš viso maitinimui:			10,35	9,61	43,87	303,41

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pupelių ir daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	73080	150	3,80	3,27	15,28	105,75
Jautienos kumpio ir kiaulienos sprandinės guliašas (tausojantis)	28628	40/30	13,69	12,79	2,31	179,13
Virti griekiai (tausojantis)	23796	75	3,15	0,78	17,33	88,88
Daržovių (agurkų, pomidorų, žiedinių kopūstų) salotos su alyvuogių aliejumi ir moliūgų sėklomis	79971	93/2/5	2,07	2,96	6,98	62,78
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			22,76	19,81	42,43	439,05

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Kepti varškės (9 proc. rieb.) ir daržovių blynai	24160	15/85	7,36	10,48	24,95	223,58
Graikiško jogurto (iki 0,2 proc. rieb.) ir žalumynų (krapų, petražolių) padažas	24501	26,5 /1,5	2,36	0,07	1,43	15,80
Vaisiai pagal sezoną	47014	100	0,90	0,40	14,80	66,40
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			10,62	10,95	41,19	305,80
Iš viso dienai:			43,73	40,38	127,49	1048,26

2 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pieniška ryžių košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir džiovintais abrikosais	35231	137/5 /8	4,72	6,20	32,68	205,36
Ruginė duona su sėklomis, sviestu (82 proc. rieb.), agurku ir krapais	90	25/4 /20/1	2,47	4,32	12,26	97,77
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			7,19	10,51	44,94	303,14

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Agurkinė sriuba su perlinėmis kruopomis (tausojantis) (augalinis)	60774	100	1,30	2,14	10,55	66,65
Ruginė duona	13617	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Garuose keptas laišos filė kepsnys (tausojantis)	23313	80	21,16	15,02	0,91	223,44
Kuskuso kruopų košė su daržovėmis ir krapais (augalinis) (tausojantis)	24008	55/ 14/1	1,48	2,09	9,28	61,84
Aisbergo salotų, ridikėlių, agurkų, krapų ir svogūnų laiškų salotos su alyvuogių aliejumi	80895	78/2	0,82	1,89	2,74	31,23
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			26,04	21,35	33,13	428,84

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiša	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Bulvių košė (tausojantis)	29324	130	2,85	5,42	24,39	157,71
Kefyras/rūgpienis (2,5 proc. rieb.)	19113	150	4,80	3,75	6,00	76,95
Vaisiai pagal sezoną	69793	75	0,75	0,30	17,55	75,90
Iš viso maitinimui:			8,40	9,47	47,94	310,56
Iš viso dienai:			41,62	41,33	126,01	1042,54

3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pieniška kvietinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rieb.) ir smulkintomis saulėgrąžomis (tausojantis)	29322	144/ 3/3	5,53	5,52	26,01	175,79
Orkaitėje keptas sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45-50 proc. rieb.)	48	30/4/8	4,25	5,87	15,30	130,97
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	19106	150	0,05	0,01	0,43	2,02
Iš viso maitinimui:			9,83	11,39	41,74	308,78

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Žirnių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	46549	100	2,61	2,13	10,07	69,86
Ruginė duona	13617	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Perlinių kruopų troškiny su jautienos mente ir daržovėmis (tausojantis)	7656	75/50 /25	13,14	13,74	25,58	278,51
Šviežių/raugintų baltagūžių kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi	80082	39/1	0,48	0,93	2,94	22,05
Pomidorai	27925	40	0,40	0,16	2,32	12,32
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			17,91	17,17	50,56	428,41

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (augalinis) (tausojantis)	28101	150	3,09	5,62	29,69	181,67
Kefyras/rūgpienis (2,5 proc. rieb.)	19113	150	4,80	3,75	6,00	76,95
Vaisiai pagal sezoną	69789	80	0,24	0,24	9,68	41,84
Iš viso maitinimui:			8,13	9,61	45,37	300,46
Iš viso dienai:			35,86	38,17	137,67	1037,66



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)	34500	194,5/ 5/0,5	7,04	6,65	33,71	222,82
Trintos šaldytos/šviežios uogos	24250	20	0,12	0,07	3,90	16,70
Vaisių asorti pagal sezoną	17402	100	0,69	0,19	15,13	64,97
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			7,85	6,90	52,74	304,50

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)	432	100	3,16	2,25	16,78	100,01
Ruginė duona	13617	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Orkaitėje keptas vištienos šlaunelių/kumpelių mėsos maltinis (tausojantis)	25490	60	13,35	8,34	5,78	151,61
Bolivinės balandos košė su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	18943	57/13	3,55	3,79	15,35	109,68
Lapinių salotų, ridikėlių, agurkų, krapų ir svogūnų laiškų salotos su alyvuogių aliejumi	78789	78/2	0,79	1,89	2,43	29,91
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			22,13	16,49	49,99	436,89

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)	61024	60/40	7,82	9,60	15,86	181,17
Ruginė duona su sėklomis ir sviestu (82 proc. rieb.)	20896	25/5	2,30	5,13	11,64	101,89
Liofilizuotos uogos	69069	14	0,56	0,56	5,88	30,80
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			10,68	15,29	33,38	313,87
Iš viso dienai:			40,66	38,68	136,12	1055,26

3 savaitė
Trečiadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pieniška penkių grūdų (avižių, kviečių, grikių, miežių, rugių) dribsnių košė su razinomis ir sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	12561	142/ 4/4	5,87	6,68	31,40	209,15
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.), virta vištienos file ir agurku	19087	20/4/ 30/16	8,04	3,48	9,63	102,01
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			13,92	10,16	41,03	311,17

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Daržovių sriuba su kuskusu ir petražolėmis (augalinis) (tausojantis)	72210	100	1,06	2,06	7,61	53,21
Ruginė duona	13617	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Troškintas jautienos kumpio ir kiaulienos mentės maltinukas (tausojantis)	5018	32/28	13,60	10,73	3,40	164,58
Virti ryžiai su prieskoninėmis žolelėmis (augalinis) (tausojantis)	4371	60	2,65	0,13	22,81	103,02
Morkų salotos su saulėgrąžų sėklomis ir alyvuogių aliejumi	50369	39,5/ 4/1,5	1,30	3,37	4,96	55,33
Agurkų ir paprikų juostelės	14577	50	0,40	0,05	2,38	11,55
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			20,29	16,55	50,81	433,37

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Kepti varškėčiai (varškė 9 proc. rieb.)	17883	100	14,45	12,11	21,06	250,97
Graikiškas jogurtas (iki 0,2 proc. rieb.) su šviežiomis/šaldytomis uogomis	24226	20/15	1,91	0,10	1,63	15,04
Vaisiai pagal sezoną	34261	60	0,42	0,12	10,80	45,96
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	19106	150	0,05	0,01	0,43	2,02
Iš viso maitinimui:			16,82	12,34	33,92	313,99
Iš viso dienai:			51,02	39,04	125,76	1058,53

3 savaitė
Ketvirtadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pieniška perlinių kruopų košė su sviestu (82 proc. rie.) (tausojantis)	401	147/3	4,18	4,07	24,27	150,43
Grūdėta varškė	5976	100	12,00	7,00	2,70	121,80
Trintos šaldytos/šviežios uogos	24250	20	0,12	0,07	3,90	16,70
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			16,30	11,14	30,88	288,94

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Sriuba su įvairių daržovių mišiniu (tausojantis) (augalinis)	61026	100	1,71	1,55	12,03	68,94
Virtų bulvių blynai "Žemaičiai" su kiaulienos sprandine (tausojantis)	20693	100/60	13,35	15,35	32,26	320,60
Graikiško jogurto (iki 0,2 proc. rie.) ir grietinės (30 proc. rie.) padažas	24544	8/7	0,90	2,12	0,52	24,72
Daržovių lazdelės (agurkai, morkos, kopūstas)	27841	60	0,62	0,02	3,50	16,66
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			16,64	19,05	48,85	433,44

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiğa	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Virti makaronai su kalakutienos filė, daržovėmis ir krapais	41240	83/30 /30/2	13,64	10,42	27,38	257,90
Vaisiai pagal sezoną	47019	100	0,90	0,10	11,70	51,30
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	19106	150	0,05	0,01	0,43	2,02
Iš viso maitinimui:			14,59	10,54	39,51	311,22
Iš viso dienai:			47,53	40,73	119,24	1033,60

3 savaitė
Penktadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Virti kiaušiniai (tausojantis)	3548	60	7,62	6,54	0,54	91,50
Graikiško jogurto (iki 0,2 proc. rieb.) ir žalumynų (krapų, petražolių) padažas	24501	26,5 /1,5	2,36	0,07	1,43	15,80
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.)	13612	30/4	1,85	3,58	13,71	94,47
Konservuoti žalieji žirneliai	16593	30	1,32	0,09	3,75	21,09
Vaisiai pagal sezoną	47015	150	0,45	0,45	18,15	78,45
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	19106	150	0,05	0,01	0,43	2,02
Iš viso maitinimui:			13,65	10,74	38,01	303,33

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Daržovių sriuba su petražolėmis (augalinis) (tausojantis)	72217	100	0,75	2,06	5,45	43,35
Ruginė duona	13617	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Garuose keptas lašišos filė ir lydekos filė maltinukas (tausojantis)	19517	23/47	18,95	7,59	4,38	161,59
Bulvių košė (tausojantis)	16592	80	2,54	4,56	21,58	137,47
Aisbergo salotos su paprikomis, agurkais, porais ir krapais	63556	75	0,78	2,38	3,28	37,68
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			24,29	16,80	44,35	425,77

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pieniška avižinių dribsnių sriuba (tausojantis)	40	150	6,09	5,59	18,84	150,04
Ruginė duona su sėklomis ir sviestu (82 proc. rieb.)	20834	35/6	3,22	6,36	16,29	135,21
Liofilizuotos uogos	66070	14	1,26	0,28	4,76	26,60
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			10,56	12,23	39,89	311,86
Iš viso dienai:			48,50	39,77	122,25	1040,96