



Patvirtinta: 2024-11-22

Pradėta naudoti: 2024-11-25

Kauno lopšelis-darželis „Liepaitė“,

K. Genio g. 7, Kaunas

15 DIENŲ VALGIARAŠTIS

Priešmokyklinio ugdymo vaikams

Įstaigos darbo laikas:

6:30 - 18:30 val.

1 savaitė
Pirmadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
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	163,37
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.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Burokėlių sriuba su bulvėmis (tausojantis)	72508	150	1,88	1,12	11,21	62,39
Grietinė (30 proc. rieb.)	21160	10	0,26	3,00	0,27	29,12
Ruginė duona	17587	25	1,53	0,25	11,40	53,95
Orkaitėje keptas maltos kiaulienos mentės ir kumpio maltinukas (tausojantis)	34478	70	13,89	14,55	8,99	222,48
Troškintos perlinės kruopos su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	23607	85/15	2,96	1,39	23,54	118,50
Šviežių/raugintų baltagūžių kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi	80084	49/2	0,60	1,39	3,68	29,61
Švieži/rauginti agurkai	24407	40	0,28	0,00	1,12	5,60
Vanduo su citrina	24404	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			21,48	21,72	60,94	525,17

Papildomas (tiekiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)	26318	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Vaisiai pagal sezoną	69774	90	0,81	0,36	13,32	59,76
Liofilizuotos uogos	50552	14	1,06	0,52	7,08	37,25
Iš viso maitinimui:			7,21	5,04	20,48	156,13

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Virti varškėčiai (varškė 9 proc. rieb.) (tausojantis)	13931	150	18,33	8,30	39,76	307,09
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:			20,08	9,72	55,45	389,62
Iš viso dienai:			57,7	52,76	186,01	1449,66

1 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Perlinių kruopų košė su varške (9 proc. rie.) (tausojantis)	35462	110/20	6,56	4,50	25,95	170,50
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rie.), virta kalakutų filė ir agurku	15892	35/7/ 38/20	10,07	8,41	16,59	182,38
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.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Sriuba su bulvėmis ir miežinėmis kruopomis (augalinis) (tausojantis)	72760	150	2,28	3,27	17,81	109,82
Ruginė duona su sėklomis	20910	45	4,10	1,85	20,88	116,51
Troškinta vištienos filė su daržovėmis, žalumynais ir grietinėle (30-36 proc. rie.) (tausojantis)	43138	60/29/ 4/12	22,32	4,59	6,58	156,9
Troškinti plikyti ryžiai su ciberžole (augalinis) (tausojantis)	23683	95	2,56	1,44	23,41	116,85
Aisbergo salotos su paprikomis, agurkais, porais ir krapais	88076	95	0,99	2,87	4,2	46,58
Vanduo su citrina	24404	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			32,32	14,04	73,63	550,17

Papildomas (teikiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Natūralus jogurtas (iki 3 proc. rie.)	4693	125	4,63	3,75	6,38	77,75
Džiovinti abrikosai	53077	10	0,49	0,06	8,26	35,54
Vaisiai pagal sezoną	77325	70	0,49	0,42	9,1	42,14
Iš viso maitinimui:			5,61	4,23	23,74	155,43

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Virti makaronai su fermentiniu sūriu (45-50 proc. rie.) (tausojantis)	4300	125/25	13,90	12,01	29,80	282,89
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:			14,82	12,27	52,04	377,84
Iš viso dienai:			69,38	43,45	191,95	1436,33

1 savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Omletas (tausojantis)	5282	100	12,60	12,18	13,45	213,83
Ruginė duona su sėklomis	20882	30	2,73	1,23	13,92	77,67
Konservuoti žalieji žirneliai	16606	40	1,76	0,12	5,00	28,12
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:			18,38	13,68	48,81	391,91

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)	72573	150	4,63	2,23	15,80	101,74
Ruginė duona	25897	45	2,75	0,45	20,52	97,11
Jautienos ir kiaulienos kumpių maltinukas (tausojantis)	34505	80	18,34	7,49	11,27	185,85
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	23625	75	1,64	0,08	16,15	71,91
Pomidorų, agurkų, porų ir krapų salotos su alyvuogių aliejumi	79368	91/4	0,91	3,84	4,00	54,19
Vanduo su citrina	24404	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			28,34	14,11	68,49	514,33

Papildomas (tiekiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Varškės sūrelis (iki 9 proc. rieb.) be glaisto	20612	50	7,35	3,95	7,40	94,55
Vaisiai pagal sezoną	69552	120	0,36	0,36	14,52	62,76
Iš viso maitinimui:			7,71	4,31	21,92	157,31

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Daržovių troškinys su žirniais (tausojantis)	28161	115/50	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:			69,25	45,47	177,61	1396,7

1 savaitė
Ketvirtadienis



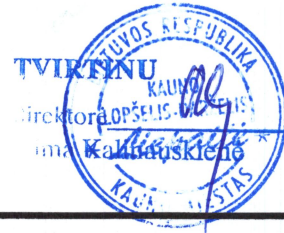
Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pieniška trijų grūdų (avižų, miežių, kviečių) dribsnių košė su cinamonu (tausojantis)	34627	169/1	6,09	2,52	28,83	162,35
Sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir ekologišku varškės sūriu (13 proc. rieb.)	19090	35/7/ 28	8,29	10,05	18,67	198,23
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			14,38	12,56	47,50	360,59

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Daržovių ir perlinių kruopų sriuba su žirniais (augalinis) (tausojantis)	72788	150	4,74	3,32	21,62	135,28
Virtų bulvių cepelinai su kalakutienos kumpelių/šlaunelių mėsa (tausojantis)	41646	145/55	14,05	7,75	49,63	324,50
Grietinė (30 proc. rieb.)	21161	15	0,39	4,50	0,41	43,68
Šviežių/konservuotų agurkų, morkų ir paprikų juostelės	24167	110	0,98	0,11	8,05	37,11
Vanduo su citrina	24404	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			20,24	15,7	80,46	544,09

Papildomas (teikiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Grūdėta varškė (7 proc. rieb.)	5971	100	12,00	7,00	2,70	121,80
Džiovintos figos	70292	14	0,49	0,18	7,7	34,4
Iš viso maitinimui:			12,49	7,18	10,4	156,2

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Blynai su varške (9 proc. rieb.) ir bananais	20783	35/30/ 25	11,11	13,86	35,68	311,89
Ekologiškas natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.)	24617	20	0,86	0,76	0,96	14,12
Vaisiai pagal sezoną	78697	120	2,4	0	9,6	48
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			14,44	14,64	46,89	377,04
Iš viso dienai:			61,55	50,08	185,25	1437,92

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)	29410	176/ 20/1/3	8,31	7,12	32,84	228,65
Sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.), virtu kiaušiniu ir agurku	18730	35/5/ 20/15	5,30	6,95	18,25	156,66
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			13,68	14,08	51,73	388,34

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)	72794	150	1,29	3,06	7,62	63,21
Ruginė duona	17586	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Garuose keptas jūros lydekų filė maltinis su varške (9 proc. rieb.) (tausojantis)	23099	63/12	18,88	8,55	4,74	171,47
Bulvių košė (tausojantis)	23690	100	2,92	5,44	24,83	159,99
Burokėlių, obuolių, svogūnų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi	88078	105	2,65	2,45	5,03	52,75
Vanduo su citrina	24404	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			27,64	19,83	56,66	515,67

Papildomas (teikiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Natūralus jogurtas (iki 3 proc. rieb.)	4693	125	4,63	3,75	6,38	77,75
Vaisiai pagal sezoną	70293	100	0,70	0,20	18,00	76,60
Iš viso maitinimui:			5,33	3,95	24,38	154,35

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pieniška miltinių kukulaičių sriuba (tausojantis)	43	200	7,81	8,58	31,61	234,91
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	78698	6	0,24	0,24	2,52	13,2
Iš viso maitinimui:			10,15	9,3	55,29	345,46
Iš viso dienai:			56,8	47,16	188,06	1403,82

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)	21730	174/6	5,07	6,16	27,77	186,79
Sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir tarkuotu virtu kiaušiniu	18626	35/5/ 23	5,58	7,28	17,93	159,54
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:			11,38	13,44	56,68	393,14

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pomidorinė sriuba (augalinis) (tausojantis)	72852	150	1,66	6,19	14,81	121,61
Ruginė duona	25897	45	2,75	0,45	20,52	97,11
Garuose kepta vištienos kumpelių šlaunelių mėsa (tausojantis)	41633	80	19,59	9,48	0,03	163,78
Biri ryžių košė su sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	35174	85	2,47	1,10	22,63	110,32
Šviežių/raugintų baltagūžių kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi	80084	50	0,60	1,39	3,68	29,61
Švieži/rauginti agurkai	24407	40	0,28	0,00	1,12	5,60
Vanduo su citrina	24404	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			27,43	18,63	63,53	531,55

Papildomas (teikiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)	26318	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Džiovinti abrikosai	47414	25	1,23	0,15	20,65	88,85
Iš viso maitinimui:			6,57	4,31	20,73	147,97

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Blynai su obuoliais ir cinamonu	10542	25/1,5	8,60	13,23	46,38	338,98
Ekologiškas natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.)	24617	20	0,86	0,76	0,96	14,12
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			9,46	13,99	47,34	353,11
Iš viso dienai:			56,7	51,07	194,21	1463,23

2 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Daržovių sriuba su perlinėmis kruopomis ir kiaulienos mente (tausojantis)	72860	118/ 12/20	5,13	7,53	15,15	148,89
Ruginė duona su sėklomis	20910	45	4,10	1,85	20,88	116,51
Bulvių plokštainis	27872	150	4,32	6,44	29,17	191,93
Grietinė (30 proc. rieb.)	24790	20	0,52	6,00	0,54	58,24
Daržovių (agurkų, morkų, pomidorų) rinkinukas	26054	35/35/ 35	0,95	0,18	6,65	31,95
Vanduo su citrina	24404	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			15,1	22,01	73,14	551

Papildomas (teikiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Natūralus jogurtas (iki 3 proc. rieb.)	4693	125	4,63	3,75	6,38	77,75
Vaisiai pagal sezoną	26332	150	0,45	0,45	18,15	78,45
Iš viso maitinimui:			5,08	4,2	24,53	156,2

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Varškės (9 proc. rieb.) apkepas su manų kruopomis (tausojantis)	20685	120/25	21,22	12,67	25,84	302,26
Graikiškas jogurtas (iki 0,2 proc. rieb.) su šviežiomis/šaldytomis uogomis	24237	25/20	2,39	0,13	2,11	19,15
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	27403	200	0,07	0,02	0,64	3,03
Iš viso maitinimui:			23,68	12,82	28,59	324,44
Iš viso dienai:			56,75	49,95	183,21	1409,32

2 savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Burokėlių sriuba su avinžirniais ir daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	72991	150	3,14	3,29	17,00	110,16
Ruginė duona	17587	25	1,53	0,25	11,40	53,95
Vištienos filė apkepas (tausojantis)	42424	130	20,70	7,09	10,75	189,64
Ekologiško natūralaus jogurto (iki 3,8 proc. rieb.) ir žalumynų (krapų, petražolių) padažas	24792	35	1,46	1,17	2,04	24,54
Troškinti plikyti ryžiai su ciberžole (augalinis)	23683	95	2,56	1,44	23,41	116,85
Daržovių lazdelės (agurkai, morkos, kopūstas)	26057	45/40/45	1,12	0,13	8,44	39,39
Vanduo su citrina	24404	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			30,59	13,4	73,78	538,05

Papildomas (tiekiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Varškės sūrelis (iki 9 proc. rieb.) be glaisto	20612	50	7,35	3,95	7,40	94,55
Vaisiai pagal sezoną	69304	120	1,08	0,12	14,04	61,56
Iš viso maitinimui:			8,43	4,07	21,44	156,11

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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	78706	120	0,84	0	13,32	56,64
Liofilizuotos uogos	78699	6	0,46	0,22	3,04	15,97
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			20,09	12,97	36,09	341,39
Iš viso dienai:			66,57	44,05	190,29	1423,75

2 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pupelių ir daržovių sriuba (augalinis) (tausojantis)	73092	200	4,64	4,33	18,26	130,60
Jautienos kumpio ir kiaulienos sprandinės guliašas (tausojantis)	34719	85	15,63	15,42	2,77	212,34
Virti griekiai (tausojantis)	23798	100	4,41	1,09	24,26	124,43
Daržovių (agurkų, pomidorų, žiedinių kopūstų) salotos su alyvuogių aliejumi ir moliūgų sėklomis	79989	106/2/ 7	2,59	3,82	8,61	79,13
Vanduo su citrina	24404	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			27,35	24,67	54,65	550,02

Papildomas (teikiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Natūralus jogurtas (iki 3 proc. rieb.)	4693	125	4,63	3,75	6,38	77,75
Vaisiai pagal sezoną	10675	75	0,75	0,30	17,55	75,90
Iš viso maitinimui:			5,38	4,05	23,93	153,65

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Kepti varškės (9 proc. rieb.) ir daržovių blynai	17942	110/20	9,37	13,27	30,51	279,01
Graikiško jogurto (iki 0,2 proc. rieb.) ir žalumynų (krapų, petražolių) padažas	24502	33/2	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:			13,33	13,84	50,11	378,32
Iš viso dienai:			59,15	55,27	184,58	1472,31

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)	73134	150	1,63	2,68	13,26	83,81
Ruginė duona	17587	25	1,53	0,25	11,40	53,95
Garuose keptas lašišos filė kepsnys (tausojantis)	23315	90	23,30	16,92	1,06	249,72
Kuskuso kruopų košė su daržovėmis ir krapais (augalinis) (tausojantis)	24049	70/ 19/1	1,93	3,12	12,09	84,17
Burokėlių, pupelių, svogūnų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi	88126	80	3,63	1,61	7,27	58,13
Vanduo su citrina	24404	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			32,1	24,6	45,83	533,13

Papildomas (teikiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)	26318	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Vaisiai pagal sezoną	69774	90	0,81	0,36	13,32	59,76
Liofilizuotos uogos	70138	17	0,68	0,68	7,14	37,4
Iš viso maitinimui:			6,83	5,2	20,54	156,28

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	180	5,76	4,5	8,64	98,1
Vaisiai pagal sezoną	49940	80	0,80	0,32	18,72	80,96
Iš viso maitinimui:			10,36	12,04	59,88	389,34
Iš viso dienai:			58,55	54,94	184,05	1464,83

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)	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.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Žirnių sriuba su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	73186	150	3,92	3,19	15,10	104,79
Ruginė duona	17587	25	1,53	0,25	11,40	53,95
Perlinių kruopų troškiny su jautienos mente ir daržovėmis (tausojantis)	34763	110/ 60/30	15,64	16,67	32,37	342,06
Šviežių/raugintų baltagūžių kopūstų ir morkų salotos su alyvuogių aliejumi	80084	50	0,60	1,39	3,68	29,61
Pomidorai	27926	50	0,50	0,20	2,90	15,40
Vanduo su citrina	24404	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			22,27	21,72	66,19	549,33

Papildomas (teikiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Natūralus jogurtas (iki 3 proc. rieb.)	4693	125	4,63	3,75	6,38	77,75
Liofilizuotos uogos	70178	16	1,22	0,59	8,10	42,58
Džiovinti abrikosai	53077	10	0,49	0,06	8,26	35,54
Iš viso maitinimui:			6,34	4,4	22,74	155,87

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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	180	5,76	4,5	8,64	98,1
Vaisiai pagal sezoną	70296	90	0,27	0,27	10,89	47,07
Iš viso maitinimui:			10,15	12,26	59,13	387,45
Iš viso dienai:			51,23	52,95	201,09	1485,82

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)	73243	150	4,17	3,33	22,07	134,93
Ruginė duona	17587	25	1,53	0,25	11,40	53,95
Orkaitėje keptas vištienos šlaunelių/kumpelių mėsos maltinis (tausojantis)	41947	80	15,68	10,30	7,71	186,22
Bolivinės balandos košė su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	23838	70/15	4,26	4,64	18,38	132,32
Aisbergo salotos su paprikomis, agurkais, porais ir krapais	88128	90	0,95	2,23	3,98	39,77
Vanduo su citrina	24404	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			26,67	20,77	64,29	550,71

Papildomas (teikiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Sūrio lazdelės (40 proc. rieb.)	20849	40	10,68	8,32	0,16	118,24
Vaisiai pagal sezoną	26325	150	0,60	0,00	9,15	39,00
Iš viso maitinimui:			11,28	8,32	9,31	157,24

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Daržovių sriuba su kiaulienos sprandinės kukuliais (tausojantis)	61296	90/60	10,47	13,18	21,21	245,29
Ruginė duona su sėklomis ir sviestu (82 proc. rieb.)	20702	41	3,22	6,36	16,29	135,21
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			13,69	19,53	37,49	380,51
Iš viso dienai:			61,46	57,09	175	1459,62

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)	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.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Daržovių sriuba su kuskusu ir petražolėmis (augalinis) (tausojantis)	73267	150	1,29	2,57	9,30	65,53
Ruginė duona	17587	25	1,53	0,25	11,40	53,95
Troškintas jautienos kumpio ir kiaulienos mentės maltinukas (tausojantis)	34785	80	17,03	13,42	4,42	206,52
Virti ryžiai su prieskoninėmis žolelėmis (augalinis) (tausojantis)	23846	80	3,53	0,17	30,42	137,37
Morkų salotos su saulėgrąžų sėklomis ir alyvuogių aliejumi	80143	50/5/2	1,63	4,32	6,20	70,18
Agurkų ir paprikų juostelės	23848	55	0,44	0,06	2,63	12,80
Vanduo su citrina	24404	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			25,52	20,81	65,12	549,87

Papildomas (teikiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Varškės sūrelis (iki 9 proc. rieb.) be glaisto	20612	50	7,35	3,95	7,40	94,55
Vaisiai pagal sezoną	78863	105	0,74	0,63	13,65	63,21
Iš viso maitinimui:			8,09	4,58	21,05	157,76

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Kepti varškėčiai (varškė 9 proc. rieb.)	17944	120	17,61	14,63	26,02	306,19
Graikiškas jogurtas (iki 0,2 proc. rieb.) su šviežiomis/šaldytomis 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:			20,63	14,94	43,17	389,64
Iš viso dienai:			72,99	52,6	179,82	1484,56



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Sriuba su įvairių daržovių mišiniu (tausojantis) (augalinis)	73340	150	2,09	2,02	15,09	86,85
Virtų bulvių blynai "Žemaičiai" su kiaulienos sprandine (tausojantis)	34349	130/70	15,51	18,18	42,90	397,26
Graikiško jogurto (iki 0,2 proc. rieb.) ir grietinės (30 proc. rieb.) padažas	24557	11/9	1,22	2,72	0,69	32,17
Daržovių lazdelės (agurkai, paprikos, kopūstas)	30529	110	1,1	0,08	5,17	25,76
Vanduo su citrina	24404	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			20	23,02	64,6	545,56

Papildomas (tiekiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Sūrio lazdelė (40 proc. rieb.)	26318	20	5,34	4,16	0,08	59,12
Vaisiai pagal sezoną	69534	100	0,90	0,40	14,80	66,40
Liofilizuotos uogos	69535	14	0,56	0,56	5,88	30,80
Iš viso maitinimui:			6,8	5,12	20,76	156,32

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Virti makaronai su kalakutienos filė, daržovėmis ir krapais	41345	88/40 /40/2	17,34	13,76	34,62	331,73
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:			18,41	13,89	48,13	391,19
Iš viso dienai:			66,03	56,38	173,56	1465,75

3 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Virti kiaušiniai (tausojantis)	3551	80	10,16	8,72	0,72	122,00
Graikiško jogurto (iki 0,2 proc. rieb.) ir žalumynų (krapų, petražolių) padažas	24502	33/2	2,87	0,09	1,83	19,62
Ruginė duona su sviestu (82 proc. rieb.)	13627	35/5	2,16	4,45	16,00	112,69
Konservuoti žalieji žirneliai	16606	40	1,76	0,12	5,00	28,12
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:			17,63	14,00	48,39	390,06

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Daržovių sriuba su avinžirniais ir petražolėmis (augalinis) (tausojantis)	74416	150	1,64	3,13	8,46	68,52
Ruginė duona	17586	30	1,83	0,30	13,68	64,74
Garuose keptas lašišos filė ir jūros lydekos filė maltinukas (tausojantis)	23247	27/53	22,76	9,42	5,28	196,98
Bulvių košė (tausojantis)	23867	100	2,92	5,44	24,83	159,99
Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais ir agurkais	88130	90	2,53	2,02	4,79	47,44
Vanduo su citrina	24404	200	0,08	0,02	0,75	3,52
Iš viso maitinimui:			31,77	20,33	57,79	541,19

Papildomas (teikiama kartu su pietumis)						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Grūdėta varškė (7 proc. rieb.)	5971	100	12,00	7,00	2,70	121,80
Džiovintos slyvos	69426	15	0,39	0,00	8,40	35,16
Iš viso maitinimui:			12,39	7	11,1	156,96

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	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. rieb.)	20702	35/6	3,22	6,36	16,29	135,21
Liofilizuotos uogos	78700	6	0,54	0,12	2,04	11,4
Nesaldinta vaistažolių arbata	332	200	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			11,88	13,35	43,72	342,47
Iš viso dienai:			73,67	54,68	161	1430,68