



Patvirtinta: 2025-12-09
Pradėta naudoti: 2025-12-15

Kauno lopšelis-darželis „Liepaitė“

K. Genio g. 7, Kaunas

**15 DIENŲ PRITAIKYTO MAITINIMO
VALGIARAŠTIS**

1 - 3 metų vaikams

(be pieno (pieno produktai galimi), be avižų, košės – vieno grūdo)

Istaigos 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 smulkintomis saulėgrąžų sėklomis	21450	38	3,1	6,26	16,66	135,38
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			7,1	12,94	39,45	302,7

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)	40335	28/32	12,12	12,07	8,1	189,49
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	40	0,4	0,93	3,02	22,05
Švieži/rauginti agurkai	28328	40	0,32	0,08	1,1	6,4
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			18,03	18,7	48,34	433,66

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:			41,14	39,39	132,12	1047,45

1 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	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.	Išveiga	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 daržovėmis, žalumynais ir grietine (30-36 proc. rieb.) (tausojantis)	43111	50/18/ 2/10	17,39	3,67	5,24	123,55
Troškinti plikyti ryžiai su ciberžole (augalinis) (tausojantis)	23426	80	2,12	1,12	19,43	96,26
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:			25,48	11,00	58,71	435,73

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	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:			51,74	29,38	137,45	1021,16



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)	38205	125/5	6	6	34,65	216,6
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:			6,95	6,11	46,78	269,92

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)	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)	40338	30/30	13,79	5,66	8,46	139,93
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
Iš viso maitinimui:			21,88	10,7	55,18	404,39

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Daržovių troškiny su žirniais ir sviestu (82 proc. rieb.) (tausojantis)	28160	95/40/5	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:			13,1	10,64	30,65	270,79
Iš viso dienai:			41,93	27,45	132,61	945,1

1 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Ilgagrūdžių ryžių košė su cinamonu (augalinis) (tausojantis)	42009	179/1	3,14	10,42	30,8	229,53
Džiovintos figos	77488	15	0,53	0,2	8,25	36,86
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			3,67	10,62	39,05	266,4

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	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.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Blynai su varške (9 proc. rieb.) ir bananais	20781	40/20/ 15	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	79430	110	2,2	0	8,8	44
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	19106	150	0,05	0,01	0,43	2,02
Iš viso maitinimui:			12,4	11,85	39,24	313,17
Iš viso dienai:			33,42	34,27	144,25	1019,06

1 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Bolivinės baltosios košės su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	25780	125/5	6,85	8,1	28,35	213,7
Virti kiaušiniai (tausojantis)	3548	60	7,62	6,54	0,54	91,5
Švieži/rauginti agurkai	19187	30	0,24	0,06	0,83	4,8
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	19106	150	0,05	0,01	0,43	2,02
Iš viso maitinimui:			14,76	14,71	30,15	312,02

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 lydekų filė maltinis su varške (9 proc. riebi) (tausojantis)	19118	50/10	15,71	6,95	3,80	140,57
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	23434	60	1,3	0,07	12,81	57,01
Burokėlių, obuolių, svogūnų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi	46900	95	2,42	1,98	4,57	45,76
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Vaisiai pagal sezoną	51481	110	0,77	0,22	19,8	84,26
Iš viso maitinimui:			22,35	11,48	55,66	415,25

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)	38205	125/5	6	6	34,65	216,6
Vaisiai pagal sezoną	47023	85	0,34	0	8,42	35,02
Liofilizuotos uogos	78412	5	0,2	0,2	2,1	11
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	19106	150	0,05	0,01	0,43	2,02
Iš viso maitinimui:			6,59	6,21	45,6	264,64
Iš viso dienai:			43,7	32,4	131,41	991,91

2 savaitė
Pirmadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	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 ekologišku varškės sūriu (13 proc. rieb.)	19089	30/6/ 20	6,45	8,21	16,79	166,84
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			10,26	13,24	37,62	310,66

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Pomidorinė sriuba (augalinis) (tausojantis)	93221	100	1,14	5,05	11,39	95,61
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 plikytų 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	0,4	0,93	3,02	22,05
Švieži/rauginti agurkai	19187	30	0,24	0,06	0,83	4,8
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			22,37	15	52,9	435,98

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išveiga	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
Vaisiai pagal sezoną	94925	120	0,48	0	7,32	31,2
Ekologiškas natūralus jogurtas (iki 3,8 proc. rieb.)	24769	20	0,86	0,76	0,96	14,12
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			8,19	11,31	45,03	314,69
Iš viso dienai:			40,82	39,55	135,55	1061,33



2 savaitė
Antradienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Miežinių kruopų košė su morkomis ir smulkintomis 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.	Išėiga	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
Bulviniai blynai	30176	100	2,67	5,47	22	147,92
Grietinė (30 proc. rieb.)	16236	10	0,26	3,00	0,27	29,12
Daržovių lazdelės (agurkai, paprikos, kopūstas)	30481	90	0,9	0,06	4,14	20,7
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			11,25	15,62	55,89	409

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Varškės (9 proc. rieb.) apkepas su manų kruopomis (tausojantis)	20684	120	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:			41,35	36,03	121,53	975,59



2 savaitė
Trečiadienis

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	91,5
Ruginė duona su sėklomis	20881	25	2,28	1,03	11,6	64,73
Švieži/rauginti agurkai	28328	40	0,32	0,08	1,1	6,4
Džiovinti vaisiai	46946	50	1,75	0,65	27,5	122,85
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			11,97	8,3	40,74	285,49

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)	60773	100	2,52	2,65	13,23	86,86
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) (tausojantis)	23426	80	2,12	1,12	19,43	96,26
Daržovių (agurkų, morkų, paprikų) rinkinukas	25978	35/35/ 35	0,91	0,11	6,97	32,45
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			23,54	10,63	58,95	425,62

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)	42404	100/50	15,12	9,84	15,66	211,69
Vaisiai pagal sezoną	87155	90	0,81	0,36	13,32	59,76
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			15,93	10,2	28,98	271,46
Iš viso dienai:			51,44	29,13	128,67	982,57

2 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Bolivinės balandos košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	25780	125/5	6,85	8,1	28,35	213,7
Orkaitėje keptas obuolys su varškės (9 proc. rieb.) įdaru (tausojantis)	24916	80	2,64	1,37	10,31	64,1
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	19106	150	0,05	0,01	0,43	2,02
Iš viso maitinimui:			9,54	9,48	39,09	279,82

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	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 griikiai (augalinis) (tausojantis)	23796	75	3,15	0,78	17,33	88,88
Daržovių (agurkų, pomidorų, žiedinių kopūstų) salotos su alyvuogių aliejumi ir smulkintomis 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.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Kvietinių miltų blynėliai su kefyru (2,5 proc. rieb.)	27141	60/40	9,34	8,05	35,86	253,19
Graikiškas jogurtas (iki 0,2 proc. rieb.) su šviežiomis/šaldytomis uogomis	24226	20/15	1,91	0,1	1,63	15,04
Vaisiai pagal sezoną	34261	60	0,42	0,12	10,8	45,96
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			11,67	8,27	48,29	314,2
Iš viso dienai:			43,97	37,56	129,81	1033,07

2 savaitė
Penktadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Ilgagrūdžių ryžių košė su džiovintais abrikosais (tausojantis) (augalinis)	38457	142/8	2,73	5,35	29,35	176,45
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:			5,2	9,67	41,61	274,23

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)	60774	100	1,3	2,14	10,55	66,65
Ruginė duona	13617	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Garuose keptas lašišos 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
Burokėlių, pupelių, svogūnų salotos su ypač tyru alyvuogių aliejumi	87787	60	2,68	1,09	5,29	41,72
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			27,9	20,56	35,68	439,33

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Orkaitėje keptos bulvių skiltelės (augalinis) (tausojantis)	28101	150	3,09	5,62	29,69	181,67
Kefyras/rūgpienis (2,5 proc. rieb.)	19113	150	4,77	3,73	7,15	81,21
Vaisiai pagal sezoną	30	50	0,5	0,2	11,7	50,6
Iš viso maitinimui:			8,36	9,55	48,54	313,48
Iš viso dienai:			41,46	39,78	125,83	1027,04



3 savaitė
Pirmadienis

Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Kukurūzų kruopų košė su smulkintomis saulėgrąžomis (augalinis) (tausojantis)	38458	145/5	3,23	6,32	23,7	164,58
Orkaitėje keptas sumuštinis su sviestu (82 proc. rieb.) ir fermentiniu sūriu (45-50 proc. rieb.) (tausojantis)	48	30/4/8	4,4	5,99	16,23	136,37
Nesaldinta vaistažolių arbata su citrina	19106	150	0,05	0,01	0,43	2,02
Iš viso maitinimui:			7,68	12,32	40,36	302,97

Pietūs 12:00 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Žirnių sriuba su bulvėmis, morkomis ir svogūnais (augalinis) (tausojantis)	46549	100	2,61	2,13	10,07	69,86
Ruginė duona	13617	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Plikytų ryžių plovos su kiaulienos sprandine (tausojantis)	45952	85/45	11,15	16,18	26,54	296,37
Švieži/rauginti agurkai	35265	80	0,64	0,16	2,2	12,8
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			15,68	18,69	48,47	424,71

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	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	4,77	3,73	7,15	81,21
Vaisiai pagal sezoną	68853	100	0,4	0	9,9	41,2
Iš viso maitinimui:			8,26	9,35	46,74	304,08
Iš viso dienai:			31,62	40,36	135,57	1031,76

3 savaitė
Antradienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Ilgagrūdžių ryžių košė su cinamonu (augalinis) (tausojantis)	42009	179/1	3,14	10,42	30,8	229,53
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:			3,95	10,68	49,83	311,21

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	13,38	8,37	5,96	152,69
Bolivinės balandos košė su daržovėmis (augalinis) (tausojantis)	18943	57/13	3,55	3,79	15,35	109,68
Aisbergo salotos su paprikomis, agurkais, porais ir krapais	101129	70	0,75	1,46	3,23	29,1
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			22,12	16,09	50,98	437,16

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	20881	25	2,28	1,03	11,6	64,73
Sūrio lazdelė (40 proc. riebi.)	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:			15,44	14,79	27,54	305,03
Iš viso dienai:			41,51	41,56	128,35	1053,4

3 savaitė
Trečiadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Ilgagrūdžių ryžių košė su razinomis (augalinis) (tausojantis)	42007	150	2,84	4,37	29,29	167,84
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:			10,88	7,85	38,92	269,86

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)	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 plikyti ryžiai su prieskoninėmis žolelėmis (augalinis) (tausojantis)	4371	60	2,65	0,13	22,81	103,02
Morkų salotos su smulkintomis saulėgrąžų sėklomis ir alyvuogių aliejumi	50369	40/4/2	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.	Išėiga	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:			47,99	36,74	123,65	1017,22

3 savaitė
Ketvirtadienis



Pusryčiai 08:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Kukurūzų kruopų košė (augalinis) (tausojantis)	38460	145	3,4	4,95	30,8	181,35
Grūdėta varškė (7 proc. rie.)	52419	50	6	3,5	1,35	60,9
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:			9,52	8,52	36,05	258,96

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)	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	29218	8/7	0,89	2,12	0,55	24,78
Daržovių lazdelės (agurkai, paprikos, kopūstas)	30481	90	0,90	0,06	4,14	20,70
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			16,91	19,1	49,52	437,54

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išėiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Virti makaronai su kalakutienos filė, daržovėmis ir krapais (tausojantis)	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:			41,02	38,16	125,08	1007,72

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.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Moliūgų, bulvių, morkų ir svogūnų sriuba su avinžirniais (augalinis) (tausojantis)	93280	100	1,33	1,39	9,31	55,09
Ruginė duona	13617	20	1,22	0,20	9,12	43,16
Garuose keptas lydekos filė ir lašišos filė maltinukas (tausojantis)	19517	47/23	18,95	7,59	4,38	161,59
Virtos bulvės (augalinis) (tausojantis)	23434	60	1,3	0,07	12,81	57,01
Burokėlių salotos su konservuotais žirneliais ir agurkais	87978	80	2,28	1,54	4,29	40,13
Vanduo su citrina	19110	150	0,06	0,02	0,54	2,52
Iš viso maitinimui:			25,14	10,81	40,45	359,5

Vakarienė 15:30 val.						
Patiekalo pavadinimas	Rp. Nr.	Išeiga	Patiekalo ar gaminio maistinė vertė			
			Baltymai	Riebalai	Angliavandeniai	Kilokalorijos
Bolivinės balandos košė su alyvuogių aliejumi (augalinis) (tausojantis)	25780	125/5	6,85	8,1	28,35	213,7
Vaisiai pagal sezoną	70295	100	0,3	0,3	12,1	52,3
Liofilizuotos uogos	78415	5	0,45	0,1	1,7	9,5
Nesaldinta vaistažolių arbata	331	150	0,00	0,00	0,00	0,01
Iš viso maitinimui:			7,6	8,5	42,15	275,51
Iš viso dienai:			46,39	30,05	120,61	938,34